

DERMATITE ATOPICA:CONSIGLI PER LA GESTIONE

DETERSIONE:

PREFERIRE LA DOCCIA AL BAGNO (MAX 5 MINUTI) POICHE' L'ACQUA SECCA LA PELLE. LA TEMPERATURA DELL'ACQUA NON DEVE ESSERE ECCESSIVA (NON SUPERIORE A 34°): IL CALDO AUMENTA L'INFIAMMAZIONE. LAVARE CON PRODOTTI PRIVI DI SAPONE (SYNDETS), UTILIZZANDO LE MANI E NON LA SPUGNA. ASCIUGARE TAMPONANDO, SENZA SFREGARE

IDRATAZIONE:

APPLICARE CREME EMOLLIENTI, IN QUANTITA' SUFFICIENTE, ALMENO DUE VOLTE AL GIORNO. LA CREMA VA MESSA DELICATAMENTE CON MOVIMENTI CIRCOLARI DELLE MANI. L'APPLICAZIONE SERALE E' PARTICOLARMENTE IMPORTANTE: IL MASSAGGIO DELICATO INDUCE L'ADDORMENTAMENTO E LA RIDUZIONE DEL PRURITO FAVORISCE IL SONNO NOTTURNO

INFIAMMAZIONE:

LA CUTE INFIAMMATA VA TRATTATA CON CREME CORTISONICHE, SENZA TIMORE, PER TUTTO IL TEMPO NECESSARIO A RISOLVERE L'INFIAMMAZIONE ED ELIMINARE IL PRURITO. IN GENERE BASTA UNA SOLA APPLICAZIONE QUOTIDIANA

VESTITI:

EVITARE INDUMENTI PESANTI ED OCCLUSIVI CHE DANNO SENSO DI COSTRIZIONE E, FAVORENDO LA SUDORAZIONE, AUMENTANO IL PRURITO. SCEGLIERE FIBRE NATURALI COME COTONE E SETA. EVITARE FIBRE SINTETICHE E LANA, CHE POSSONO AUMENTARE L'IRRITAZIONE

VACANZE:

L'ESPOSIZIONE AL SOLE MIGLIORA LA DERMATITE ATOPICA. EVITARE GLI ECCESSI E PROTEGGERE ADEGUATAMENTE TUTTA LA CUTE ESPOSTA CON CREME SOLARI, OCCHIALI DA SOLE E CAPPELLO. LE VACANZE MARINE, GRAZIE ALLA MAGGIORE UMIDITA' ED ALLA PRESENZA DEI SALI NELL'ACQUA, COMPORTANO UN MIGLIORAMENTO SIGNIFICATIVO NEL 90 % DEI CASI. FARE SEMPRE LA DOCCIA DOPO IL BAGNO A MARE

VACCINAZIONI:

TUTTE LE VACCINAZIONI CONSIGLIATE POSSONO ESSERE NORMALMENTE PRATICATE. L'INOCULAZIONE DOVREBBE ESSERE EFFETTUATA IN UNA SEDE CUTANEA NON INTERESSATA DALL'INFIAMMAZIONE

SPORT:

NON VI SONO CONTROINDICAZIONI ALLA PRATICA DELLE ATTIVITA' SPORTIVE