

ΣΜΗΓΜΑΤΟΡΡΟΙΚΗ ΔΕΡΜΑΤΙΤΙΔΑ

Ορισμός

Η σμηγματορροϊκή δερματίτιδα είναι μια κοινή φλεγμονώδης δερματοπάθεια που προκαλεί τη δημιουργία υπόλευκων πλακών σε λιπαρές περιοχές, όπως στο τριχωτό της κεφαλής ή στο εσωτερικό του αυτιού. Μπορεί να εμφανίζεται με ή χωρίς ερυθρότητα δέρματος.

Νινίδα είναι ο όρος που χρησιμοποιείται όταν η σμηγματορροϊκή δερματίτιδα επηρεάζει το τριχωτό της κεφαλής των βρεφών.

Εναλλακτικές Ονομασίες

Πιτυρίδα, σμηγματορροϊκό έκζεμα, νινίδα

Αίτια

Η σμηγματορροϊκή δερματίτιδα πιστεύεται ότι οφείλεται σε ένα συνδυασμό υπερπαραγωγής σμήγματος και ερεθισμού από ένα ζυμομύκητα που ονομάζεται *Malassezia*.

Η σμηγματορροϊκή δερματίτιδα φαίνεται να είναι οικογενής. Το στρες, η κόπωση, οι ακραίες θερμοκρασίες, το λιπαρό δέρμα, το μη συχνό λούσιμο ή καθαρισμός του δέρματος, η χρήση λοσιόν που περιέχουν αλκοόλη, οι δερματοπάθειες (όπως η ακμή) ή η παχυσαρκία, μπορούν να αυξήσουν τον κίνδυνο.

Νευρολογικές παθήσεις, όπως η νόσος Parkinson, ο τραυματισμός της κεφαλής και το εγκεφαλικό επεισόδιο μπορεί να σχετίζονται με τη σμηγματορροϊκή δερματίτιδα. Ο ιός της ανοσοανεπάρκειας του ανθρώπου (HIV) έχει επίσης συνδεθεί με αυξημένα περιστατικά σμηγματορροϊκής δερματίτιδας.

Συμπτώματα

Η σμηγματορροϊκή δερματίτιδα μπορεί να εκδηλωθεί σε πολλές διαφορετικές περιοχές του σώματος. Τυπικά δημιουργείτε σε λιπαρές περιοχές του δέρματος. Οι περιοχές που επηρεάζονται συνήθως περιλαμβάνουν το τριχωτό της κεφαλής, τα φρύδια, τα βλέφαρα, τις ρινικές πτυχές, τα χείλη, την περιοχή πίσω από τα αυτιά, το εξωτερικό αυτί και κατά μήκος δερματικών πτυχών στον κορμό.

Η σμηγματορροϊκή δερματίτιδα στα βρέφη, που καλείται επίσης νινίδα, είναι μια αβλαβής, προσωρινή κατάσταση. Εμφανίζεται ως παχιές, σκληρές, κίτρινες ή καφέ φολίδες στο τριχωτό της κεφαλής του παιδιού. Παρόμοιες φολίδες μπορεί να βρεθούν στα βλέφαρα, στα αυτιά, γύρω από τη μύτη και στη βουβωνική περιοχή. Η νινίδα μπορεί να παρατηρηθεί σε νεογέννητα και μικρά παιδιά μέχρι την ηλικία των 3 ετών. Η νινίδα δεν είναι μεταδοτική ούτε προκαλείται από φτωχή υγιεινή. Δεν πρόκειται για αλλεργία και δεν είναι επικίνδυνη. Η νινίδα μπορεί ή όχι να είναι κνησμώδης. Εάν είναι κνησμώδης, το υπερβολικό ξύσιμο της περιοχής μπορεί να προκαλέσει επιπρόσθετη φλεγμονή, ενώ οι ρήξεις

της συνέχειας του δέρματος μπορεί να οδηγήσουν σε ήπιες λοιμώξεις ή αιμορραγία.

Γενικά, τα συμπτώματα της σημηματορροϊκής δερματίτιδας περιλαμβάνουν:

- Δερματικές βλάβες
- Πλάκες σε μια μεγάλη έκταση
- Λιπαρές περιοχές δέρματος
- Δερματικές φολίδες - λευκές σαν νιφάδες ή υποκίτρινες, λιπαρές και κολλώδεις - "πιτυρίδα"
- Κνησμό - ο κνησμός μπορεί να επιδεινωθεί εάν υπάρχει μόλυνση
- Ήπια ερυθρότητα
- Απώλεια τριχών

Εξετάσεις και Δοκιμασίες

Η διάγνωση βασίζεται στην εμφάνιση και εντόπιση των δερματικών βλαβών.

Αντιμετώπιση

Μπορείτε να αντιμετωπίσετε την πιτυρίδα και τη ξηρότητα με σαμπουάν κατά της πιτυρίδας ή φαρμακευτικά σαμπουάν. Λούστε τα μαλλιά ζωηρά και συχνά (κατά προτίμηση καθημερινά). Χαλαρώστε τις φολίδες με τα δάκτυλα, τρίψτε για τουλάχιστον 5 λεπτά και ξεπλύνετε καλά. Τα ενεργά συστατικά σε αυτά τα σαμπουάν περιλαμβάνουν σαλικυλικό οξύ, λιθανθρακόπισσα, ψευδάργυρο, ρεζορκίνη, κετοκοναζόλη ή σελήνιο.

Τα σαμπουάν ή οι λοσιόν που περιέχουν σελήνιο, κετοκοναζόλη ή κορτικοστεροειδή μπορεί να συνταγογραφηθούν για σοβαρά περιστατικά. Για την εφαρμογή του σαμπουάν, χωρίστε τα μαλλιά σε μικρές τούφες, εφαρμόστε σε μια μικρή περιοχή κάθε φορά και κάντε μασάζ στο δέρμα. Εάν πρόκειται για το πρόσωπο ή το στήθος, εφαρμόστε φαρμακευτική λοσιόν δύο φορές την ημέρα. Η σημηματορροϊκή δερματίτιδα μπορεί να βελτιώνεται το καλοκαίρι, ιδιαίτερα μετά από εξωτερικές δραστηριότητες.

Για βρέφη με νινίδα:

Κάντε ελαφρό μασάζ στο τριχωτό της κεφαλής του μωρού με τα δάκτυλα ή μια μαλακή βούρτσα για να χαλαρώσετε τις φολίδες και να βελτιώσετε την κυκλοφορία του αίματος στην περιοχή.

Να λούζετε καθημερινά το παιδί με ήπια σαμπουάν για όσο διάστημα υπάρχουν φολίδες. Αφού εξαφανιστούν οι φολίδες, μπορείτε να μειώσετε το λούσιμο σε δύο φορές την εβδομάδα.

Να ξεπλένετε καλά όλο το σαμπουάν.

Βουρτσίστε τα μαλλιά του παιδιού με μια καθαρή, μαλακή βούρτσα μετά από κάθε λούσιμο και αρκετές φορές μέσα στην ημέρα.

Εάν οι φολίδες δεν χαλαρώνουν εύκολα και δεν φεύγουν με το λούσιμο, εφαρμόστε λίγο παραφινέλαιο στο τριχωτό της κεφαλής του μωρού και τυλίξτε με ένα ζεστό, υγρό πανί το κεφάλι για έως μία ώρα πριν το λούσιμο. Στη συνέχεια, λούστε σύμφωνα με όσα αναφέρθηκαν πιο πάνω. Να θυμάστε ότι τα μωρά χάνουν πολύ θερμότητα από το κεφάλι. Εάν χρησιμοποιείται, ζεστό, υγρό πανί με παραφινέλαιο, να ελέγχετε συχνά μήπως το πανί έχει κρυώσει. Τα κρύα, υγρά πανιά μπορούν να μειώσουν δραστικά τη θερμοκρασία του μωρού.

Εάν οι φολίδες εξακολουθούν να αποτελούν πρόβλημα ή έγνοια, ή εάν το παιδί φαίνεται ανήσυχο ή ξύνει το κεφάλι, επικοινωνήστε με το γιατρό σας. Μπορεί να σας γράψει μια κρέμα ή λοσιόν για εφαρμόσετε στο κεφάλι του μωρού αρκετές φορές την ημέρα.

Πρόγνωση

Η σμηγματορροϊκή δερματίτιδα είναι μια χρόνια πάθηση που μπορεί να ελεγχθεί με τη θεραπεία. Συχνά έχει εκτεταμένες περιόδους αδράνεια που ακολουθούνται από εξάρσεις.

Πιθανές Επιπλοκές

Ψυχολογική καταπόνηση, χαμηλή αυτοεκτίμηση, αίσθημα ντροπής

Δευτερογενείς βακτηριακές ή μυκητιασικές λοιμώξεις

Πότε να Επικοινωνήσετε με το Γιατρό

Καλέστε για ραντεβού με το γιατρό σας εάν τα συμπτώματα της σμηγματορροϊκής δερματίτιδας δεν ανταποκρίνονται στην αυτοφροντίδα ή στην αντιμετώπιση με σκευάσματα που δεν απαιτούν συνταγή γιατρού.

Επίσης καλέστε εάν οι πλάκες της σμηγματορροϊκής δερματίτιδας εκκρίνουν υγρό ή πύο, σχηματίζουν εφελκίδες ή γίνονται πολύ κόκκινες ή επώδυνες.

Πρόληψη

Η βαρύτητα της σμηγματορροϊκής δερματίτιδας μπορεί να ελαττωθεί, ελέγχοντας τους παράγοντες κινδύνου και δίνονται ιδιαίτερη προσοχή στη φροντίδα του δέρματος.