

dr Sarah Wakelin

# Jak sobie radzić z egzemą

z języka angielskiego tłumaczył  
Sławomir Janeczek



Warszawa  
Wydawnictwo Lekarskie PZWL

# SPIS TREŚCI

|                                                                       |      |
|-----------------------------------------------------------------------|------|
| Podziękowania                                                         | VII  |
| Wstęp                                                                 | VIII |
| Wprowadzenie                                                          | X    |
| ■ Skóra prawidłowa a egzema                                           | 1    |
| Jak zbudowana jest skóra?                                             | 3    |
| Czym jest egzema?                                                     | 9    |
| Różne postacie egzemy                                                 | 13   |
| Jakie są zewnętrzne objawy egzemy i jakie odczucia towarzyszą chorym? | 16   |
| W jaki sposób rozpoznaje się egzemę?                                  | 18   |
| ■ Egzema wieku dziecięcego                                            | 21   |
| Egzema u noworodków i niemowląt                                       | 21   |
| Egzema u niemowląt i dzieci                                           | 24   |
| Czym jest egzema atopowa?                                             | 25   |
| Egzema atopowa a środowisko domowe                                    | 35   |
| Wyprysk atopowy a dieta                                               | 42   |
| Niepożądane reakcje pokarmowe w przypadku egzemy atopowej u dzieci    | 48   |
| Infekcja a egzema atopowa                                             | 53   |
| Inne typy egzemy występujące u dzieci                                 | 62   |
| ■ Egzema u dorosłych                                                  | 67   |
| Wyprysk atopowy u dorosłych                                           | 67   |
| Wyprysk łojotokowy/łojotokowe zapalenie skóry                         | 72   |
| Wyprysk dyskoidalny (tarczowaty, pieniążkowaty)                       | 76   |
| Wyprysk endogeny na dłoniach i stopach                                | 78   |
| Wyprysk żylny (zastoinowy)                                            | 81   |
| Wyprysk asteatyczny/wyprysk z pęknięciami i suchością skóry/          |      |
| /zimowy                                                               | 84   |
| Liszaj zwykły                                                         | 85   |
| ■ Wyprysk kontaktowy                                                  | 87   |
| Wyprysk kontaktowy z podrażnienia                                     | 88   |

|                                                                                   |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Alergiczny wyprysk kontaktowy                                                     | 95  |
| ■ Testy alergiczne w egzemie                                                      | 103 |
| Testy stosowane w przypadku wykrywania reakcji alergicznych typu natychmiastowego | 104 |
| Testy stosowane w przypadku wykrywania reakcji alergicznych typu opóźnionego      | 108 |
| ■ Leczenie egzemy                                                                 | 115 |
| Leczenie miejscowe                                                                | 115 |
| Metody terapii drogą doustną oraz dożylną                                         | 133 |
| Terapia z zastosowaniem promieniowania ultrafioletowego                           | 137 |
| Alternatywna medycyna komplementarna                                              | 139 |
| ■ Przejęcie kontroli nad schorzeniem                                              | 143 |
| Zapanowanie nad egzemą                                                            | 143 |
| Porady dotyczące radzenia sobie ze świadem                                        | 147 |
| Słowniczek pojęć                                                                  | 151 |