

# ATODERM

DERMATOLOGINĖ ATOPIŠKOS ODOS PRIEŽIŪRA



Išgelbėti Atopišką Odą *& Dar Daugiau*

BIOLOGIJOS MOKSLAS DERMATOLOGIJAI

**BIODERMA**  
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

# KAIP PASIRŪPINTI ATOPIŠKA ODA KIEKVIENĄ DIENĄ?

Atopinis dermatitas yra lėtinė liga, todėl labai svarbu ją rūpintis nuolat: greitai sumažinti niežėjimą, nuraminti odos paraudimą, atkurti odos apsauginį barjerą ir drėgmės balansą.



Kasdienė tinkama odos priežiūra apsaugo nuo atopinio dermatito paūmėjimų.



**Speciali higiena.** Atopinio dermatito pažeistos odos higienai būtinos ypač švelnios prausimosi priemonės. Svarbu, kad jos stiprintų odos barjerą, būtų be muilo, be kvapo ir pasižymėtų antibakterinėmis savybėmis bei tokiu būdu apsaugotų odą nuo antrinės infekcijos.



**Intensyvi odos priežiūra.** Kremai emolientai — tai odos priežiūros priemonės, kurios intensyviai drėkina odą ir atkuria barjerinę funkciją, kuri sergant atopiniu dermatitu yra nepakankama. Jie taip pat pasižymi niežėjimą ir uždegimą raminančiomis savybėmis. Kremai emolientai turi būti naudojami kiekvieną dieną ir tepami ant viso kūno odos, o ne tik ant uždegimo pažeistų plotų.

## 1. HIGIENA

## 2. INTENSYVI PRIEŽIŪRA

## 3. GREITA PAGALBA



### Atoderm Huile de douche

Intensyviai drėkinantis prausimosi aliejus

### Atoderm Intensive Baume

Kremas emolientas sumažinantis atopiškos odos simptomus

### Atoderm SOS Spray

Greito poveikio niežėjimą raminantis purškalas

# KĄ TEPTI?

JŪSŲ KASDIENĖ ODOS PRIEŽIŪROS PRIEMONĖ ATOPIŠKAI ODAI

- ! Reguliarus odos drėkinimas specialiu kremu emolientu yra vienas svarbiausių žingsnių, pagerinančių Jūsų arba Jūsų vaiko odos būklę. Jūs galite pajusti žymų egzemos pagerėjimą jau po dviejų savaičių odos priežiūros rutinos.



## Atoderm Intensive Baume

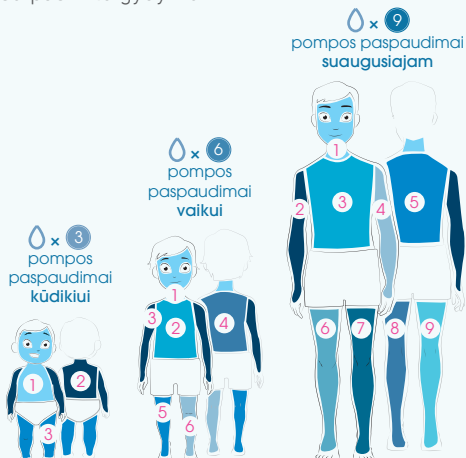
Kremas emolientas sumažinantis atopiškos odos simptomus

- Atkuria odos barjerą, intensyviai drėkina bei maitina
- Ramina odos paraudimą — uždegimą
- Sumažina niežėjimą
- Mažina naujų odos sudirgimų atsiradimą

Kūdikiams, vaikams ir suaugusiems.  
Veidui ir kūnui.

### Naudojimas:

Tepti 1-2 kartus per dieną. Esant paūmėjimams dažniau. Naudoti vieną arba su paskirtu gydymu.



- ! Kojų emoliento kiekį reikėtų tepti? Paprastas būdas atsiminti, kiek emoliento reikėtų naudoti - 3.6.9 metodus.

# KAŲ TEPTI ŠILTUOJU METŲ LAIKU?

JŪSŲ KASDIENĖ ODOS PRIEŽIŪROS PRIEMONĖ ATOPIŠKAI ODAI,  
SKIRTA NAUDOTI ŠILTUOJU METŲ LAIKU



## Atoderm Intensive gel-crème

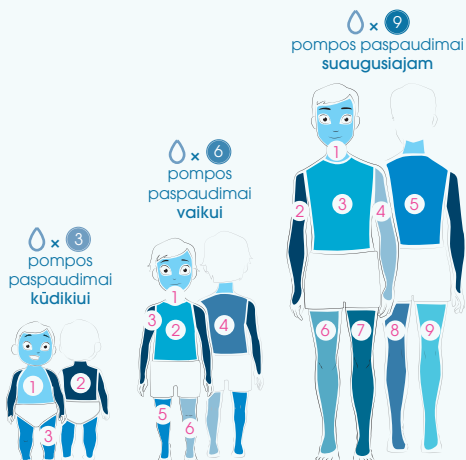
Gaivus, intensyviai maitinantis ir niežėjimą  
raminantis gelis-kremas

- Atkuria odos lipidinį sluoksnį ir sustiprina odos barjerą ilgam
- Lengva, gaivi konsistencija
- Sumažina niežėjimą
- Mažina naujų odos sudirgimų atsiradimą
- Greitai įsigeria, todėl iš kart galima rengtis drabužius

Kūdikiams, vaikams ir suaugusiems.  
Veidui ir kūnui.

### Naudojimas:

Tepti 1-2 kartus per dieną. Naudoti kiekvieną  
dieną ir paūmėjimų metu kartu su  
paskirtu gydymu.



- ! Kojų emoliento kiekį reikėtų tepti?
- Paprastas būdas atsiminti, kiek emoliento reikėtų naudoti - 3.6.9 metodus.

# KUO PRAUSTIS?

JŪSŲ KASDIENĖ ODOS HIGIENA PRITAIKYTA ATOPIŠKAI ODAI



## Atoderm Huile de douche

Intensyviai drėkinantis prausimosi aliejus atopiškai odai

- Švelniai prausia ir atkuria apsauginį odos barjerą
- Oda ilgam išlieka švelni ir minkšta
- Unikali šilkinė tekstūra, subtilus kvapas ir lengvas paskirstymas

Kūdikiams, vaikams ir suaugusiems. Kūnui ir veidui.

**Naudojimas:**

Dušui ir voniai. Paskirstykite ant drėgnos odos, švelniai nuprauskite.



## Atoderm Intensive Gel moussant

Bekvapis gelinis prausiklis atopiškai odai

- Švelniai prausia ir išsaugo apsauginį odos barjerą
- Pasižymi antibakteriniu poveikiu
- Oda išlieka švelni ir minkšta

Kūdikiams, vaikams ir suaugusiems. Kūnui ir veidui.

**Naudojimas:**

Dušui. Paskirstykite ant drėgnos odos, švelniai nuprauskite.

# KAIP NUMALŠINTI ODOS NIEŽĖJIMĄ?

Niežėjimas – tai nemalonūs pojūtis, sukeltiantis norą kasytis. Niežtinti oda yra vienas dažniausių ir labiausiai varginančių atopinio dermatito simptomų, kuris pasitaiko beveik visiems atopiniu dermatitu sergantiems pacientams. Tai sukelia diskomfortą kasdienėje veikloje: atsiranda nuotaikų svyravimai, susierzinimas, nuovargis, užsitęsęs niežėjimas gali sukelti net depresiją. Odos niežėjimas gali pasireikšti bet kuriuo paros metu. Naktį pasireiškęs niežėjimas sutrikdo ne tik paciento, bet ir kitų

šeimos narių miegą ir poilsį. Jeigu nemiega vaikas, nemiega ir visa šeima. Visa tai turi įtakos šeimos gyvenimo kokybei.

Niežėjimas yra svarbiausias atopinio dermatito progresavimo variklis, dėl kurio pablogėja odos būklė ir atsiranda paūmėjimai. Dėl kasymosi niežėjimas dar labiau sustiprėja, atsiranda odos uždegimas bei pažeidimai. Kuo labiau yra kasoma niežtinti oda, tuo labiau įsitraukiama į užburto niežėjimo – kasymosi ratą.

## KAIP SUSTABDYTI ŠĮ YDINGĄ RATĄ IR UŽKIRSTI KELIĄ ODOS PAŽEIDIMŲ ATSIDIMUI BEI PROGRESAVIMUI?

### PATARIMAI, KAIP SUMAŽINTI ODOS NIEŽĖJIMĄ:

- Kai niežti, dažniau ir daugiau tepkite drėkinančio kremo
- Niežtinčią sritį stipriai tapšnokite, bet netrinkite ir nekasykite nagais
- Uždėkite drėgną, šaltą tvarstį ar kompresą
- Nagus visada kirpkite trumpai
- Rinkitės medvilninius rūbus ir patalynę – ši natūrali medžiaga leidžia odai kvėpuoti, neperkaisti, o sintetiniai audiniai ar vilna gali dirginti
- Medvilninės pirštinės, šilko rūbai gali padėti sumažinti odos pažeidimą miego metu
- Naktį palaikykite vėsesnę temperatūrą miegamajame, nes šiluma ir prakaitavimas skatina niežėjimą
- Nukreipkite savo ar vaiko dėmesį užsiimdami kokia nors malonia veikla





## Atoderm SOS Spray

Greito poveikio niežėjimą raminantis purškalas

- Greitai numalšina laikiną ir nuolatinį niežėjimą
- Sumažina norą kasytis
- Drėkina ir apsaugo odą nuo išorinių dirgiklių

Kūdikiams, vaikams ir suaugusiems. Veidui ir kūnui.

### Naudojimas:

Purkšti ant švarios odos 20 cm atstumu. Jeigu reikia, paskleisti. Palikti išdžiūti. Purkšti tiek kartų, kiek jaučiamas poreikis.

# KAIP PRIŽIŪRĖTI ODAĄ APLINK AKIS TURINT AKIŲ VOKŲ EGZEMĄ?

Vokų egzema dažniausiai pasireiškia žmonėms, turintiems polinkį sirgti alerginėmis ligomis (kontaktinis dermatitas, alerginis rinokonjuktyvitas („šienligė“), alerginė bronchinė astma) ir tiems, kurie turi sausą odą, sirgę ar serga atopiniu dermatitu, kontaktiniu dermatitu ar kitais dermatitais. Bėrimai vokuose gali atsirasti ir sergant tokiomis odos ligomis, kaip žvynelinė ar seborėjinis dermatitas. Taip pat tiems, kurie dažnai turi kontaktą su įvairiomis cheminėmis medžiagomis (kirpėjai, manikiūro meistrai, mechanikai, medikai, odontologai, farmacininkai ir pan.). Dažniausiai vokų egzema atsiranda dėl kontaktinio dermatito.

Ją gali sukelti tiesioginis dirginantis medžiagos poveikis arba kontaktas su alergenu.

Vokų oda parausta, patinsta, vėliau gali pleiskanoti, susidaryti skausmingi įtrūkimai, odą niežti, kartais peršti. Jei vokų egzema sukelta dirginančių medžiagų, ji atsiranda tik tose vietose, kur buvo traumuota. Jei žmogus yra alergiškas, bėrimai atsiranda ne tik kontakto vietoje, bet gali išplisti į kitas odos vietas. Pavyzdžiui, nusidažius plaukus plaukų dažais, kuriuose yra alergizuojanti medžiaga, išberia ne tik galvos, bet ir vokų odą, kur kontakto nebuvo.

## KAIP IŠVENGTI AKIŲ VOKŲ SUDIRGIMO IR SUVALDYTI AKIŲ VOKŲ EGZEMOS PAŪMĖJIMUS?

- Neretai odą sudirgina mechaninis dirginimas, todėl reikėtų kuo mažiau traumuoti vokų odą, netrinti, makiažo valymui rinktis švelnias medžiagas ir priemones.
- Pradedant naudoti naują kosmetiką pradžioje ją pabandyti, patepti nedidelę odos plotą ir vieną dieną pastebėti ar toje vietoje neatsiras bėrimas, paraudimas ar perštėjimas.
- Rekomenduojama vokų odą drėkinti su akių srities odai skirtais kremais, pageidautina, kad kremai turėtų mažiau sudėtinių dalių.
- Jei yra nustatyta alergija (sensibilizacija) kuriai nors cheminei medžiagai ar medžiagoms, jų namų ar darbo aplinkoje neturi būti (kosmetika, kremai, valikliai ir pan.).
- Atsiradus bėrimams būtina kreiptis į gydytoją, kuris paskirs tinkamą gydymą ir reikiamus tyrimus (alerginius testus).
- Paūmėjus egzema gali padėti vėsūs kompresai, pavyzdžiui, su juoda ar ramunėlių arbata (jei žmogus nėra alergiškas).

Gyd. dermatovenerologė Inga Kisieliene "Sudirgę ir sausi akių vokai: patarimai, kaip to išvengti", 2020.  
Daugiau informacijos [www.atopinis.lt](http://www.atopinis.lt)







## Atoderm Intensive eye

Sausos ir sudirgusios akių zonos priežiūros priemonė

- Nuramina sudirgusių, sausą ir niežtinčių akių kontūro srities odą
- Mažina paraudimą bei patinimą
- Atkuria sveikai odai būdingą odos barjerą
- Švelniai pašalina makiažą ir nešvarumus

Kūdikiams, vaikams ir suaugusiems. Akių vokams ir veidui.

### Naudojimas:

Tepkite vieną ar du kartus per dieną ant sudirgusių akių vokų:

- ryte kaip priežiūros priemonę. Gali būti naudojamas kaip makiažo pagrindas;
- vakare kaip priežiūros priemonę ir (arba) makiažo valiklį, naudojant vatos diskelį.

Nenuplaukite.

Galima naudoti vieną arba kartu su paskirtu gydymu.

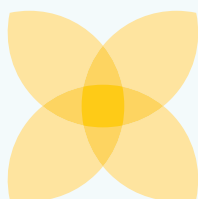


## BENDRAUKIME!

[www.atopinis.lt](http://www.atopinis.lt)

Išsami informacija apie atopinį dermatitą, ekspertų patarimai ir straipsniai, registracija į Atoderm & KIDS atopiškos odos darželį.





# NAOS

## Lojalumo Klubas

Jeigu Tavo oda  BIODERMA,

apdovanok ją prisijungdamas prie  
lojalumo klubo

[www.lojalumas.naos.lt](http://www.lojalumas.naos.lt)

BIODERMA yra NAOS prekės ženklas