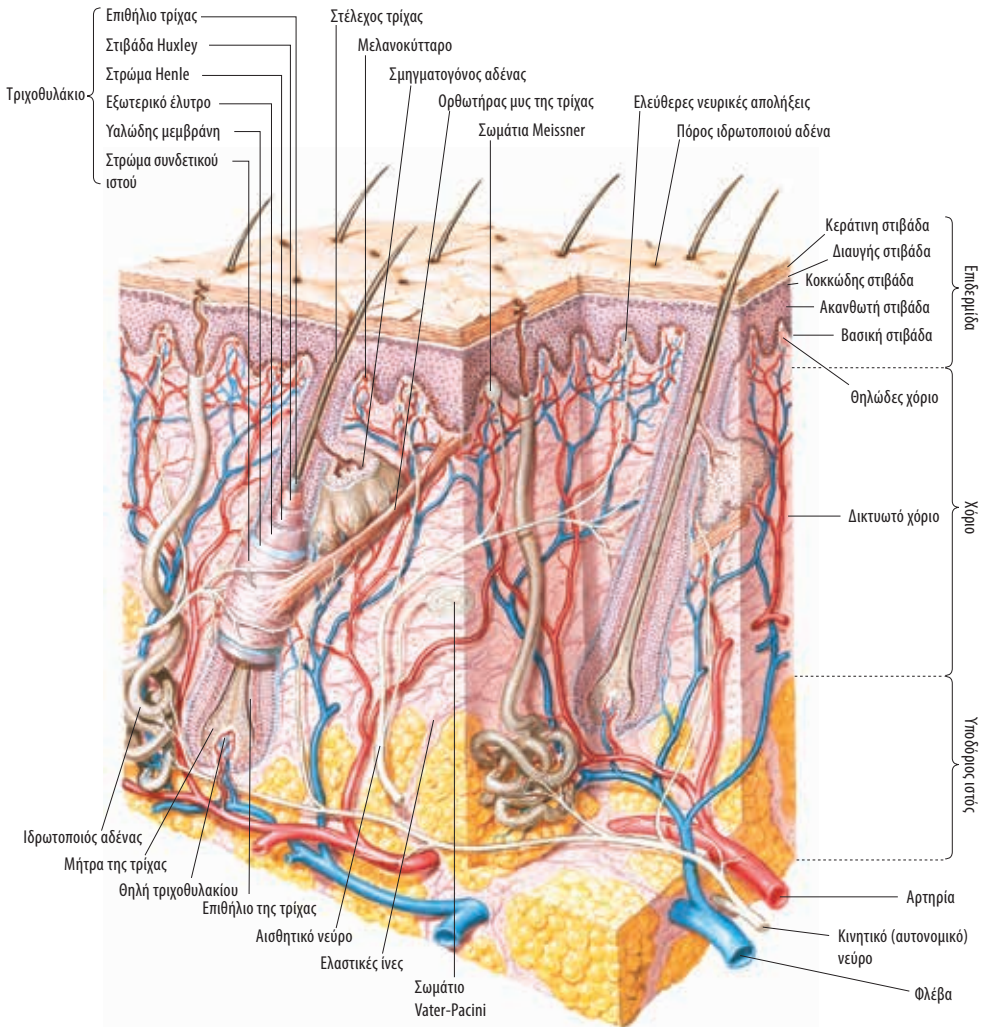


Τοπικές Θεραπείες

James G. H. Dinulos

1

Βασικές αρχές της θεραπείας



Εικόνα 1.1 Ανατομία του δέρματος. (© 1967, CIBA Pharmaceutical Company, Division of CIBA-GEIGY Corporation. Ανατύπωση κατόπιν αδείας από Clinical Symposia. Εικονογράφηση από Frank H. Netter, MD. Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος.

Διατήρηση της ακεραιότητας του δερματικού φραγμού

- Το δέρμα βοηθά στην ομοιοστάση των υγρών και προστατεύει από τις λοιμώξεις, τις τοξίνες και τις βλαβερές επιδράσεις της υπερυδρώς ακτινοβολίας.
- Η εξώατη στιβάδα της επιδερμίδας, η κεράτινη στιβάδα, δημιουργεί έναν αδιαπέραστο φραγμό που αποτελείται από λιπαρά οξέα, χοληστερόλη και κεραμίδια ανάμεσα σε πυκνά τοποθετημένα, πλούσια σε πρωτεΐνες κερατινοποιημένα κύτταρα.
- Τα κερατινοκύτταρα εξυπηρετούν τις λειτουργίες του επιδερμικού φραγμού, συμβάλλοντας στον φυσικό φραγμό και συνεισφέροντας στην έμφυτη ανοσολογική άμυνα του δέρματος (π.χ. αντιμικροβιακά πεπτίδια, κυτοκίνες) και στην επίκτητη ανοσολογική απόκριση.
- Ένας από τους σκοπούς της τοπικής ή συστηματικής θεραπείας στη δερματολογία είναι η αποκατάσταση και η διατήρηση των βασικών λειτουργιών του δερματικού φραγμού.

Καθαρισμός δέρματος

- Το καθημερινό πλύσιμο του σώματος δεν είναι απαραίτητο για το υγιές δέρμα των περισσότερων ατόμων.
- Οι ασθενείς πρέπει να χρησιμοποιούν απαλά σαπούνια και καθαριστικά, όπως τα Cetaphil, Dove, Keri, Oil of Olay ή CeraVe και να αποφεύγουν την υπερβολική χρήση απολεπιστικών σκευασμάτων, όπως επίσης και το βούρτσισμα του δέρματος.
- Τα σαπούνια που περιέχουν αρώματα και αντιβακτηριακές ουσίες μπορεί να ερεθίζουν το δέρμα.
- Οι ασθενείς πρέπει να κάνουν μπάνιο με χλιαρό νερό και να αποφεύγουν το πλύσιμο με πολύ ζεστό νερό.

Πλύσιμο του δέρματος και εμβάπτιση

- Τα λουτρά με χλωρίνη ($\frac{1}{4}$ – $\frac{1}{2}$ φλιτζάνι προστίθεται σε μισό ή ολόκληρο λουτρό ενήλικου) έχουν αντιμικροβιακή και αντιφλεγμονώδη δράση και είναι χρήσιμα σε ασθενείς με επιμολυσμένα εξανθήματα, όπως είναι η ατοπική δερματίτιδα και η δερματίτιδα εκστάσεως. Το λουτρό θα πρέπει να διαρκεί 10 έως 20 λεπτά και να γίνεται από 2 φορές εβδομαδιαίως μέχρι και σε καθημερινή βάση. Το δέρμα θα πρέπει να ενυδατώνεται αμέσως μετά το μπάνιο.
- Οι κομπρέσες με διάλυμα οξικού αλουμινίου (π.χ. Dumboro) και ξίδι καταπραΰνουν το δέρμα όταν χρησιμοποιούνται στο οξύ

έκζεμα και στην αλλεργική δερματίτιδα εξ επαφής.

- Αποφύγετε τα αφρόλουτρα και τα αρωματικά έλαια, διότι μπορεί να προκαλέσουν ερεθισμό του δέρματος και αλλεργία.
- Όταν κάνετε μπάνιο τα παιδιά, χρησιμοποιήστε σαπούνια και σαμπουάν στο τέλος του μπάνιου, έτσι ώστε να ελαχιστοποιείται η ξηρότητα του δέρματος.
- Ενυδατώστε το δέρμα αμέσως μετά το μπάνιο και το στέγνωμα, έτσι ώστε να «εγκλωβιστεί» η υγρασία.

Ενυδάτωση του δέρματος

- Μια ενυδατική κρέμα είναι ένα σκεύασμα που εξυπηρετεί πέντε βασικές λειτουργίες: επιδιορθώνει τον φραγμό του δέρματος, διατηρεί την ακεραιότητα και την εμφάνιση του δέρματος, μειώνει την διαδερμική απώλεια νερού, αποκαθιστά την ικανότητα του λιπιδικού φραγμού να συγκρατεί και να αναδιανέμει νερό και μειώνει τη φλεγμονή του δέρματος.
- Κλειστής εφαρμογής (στεφάνη) ενυδατικές κρέμες, όπως η βαζελίνη, δρουν εμποδίζοντας την απώλεια νερού από το δέρμα. Η λαυολίνη, το ορυκτέλαιο και οι σιλικόνες (π.χ. διμεθικόννη) είναι άλλες αποφρακτικές ενυδατικές ουσίες.
- Τα υγραντικά, όπως η γλυκερίνη και το υαλουρονικό οξύ, λειτουργούν αυξάνοντας την απορρόφηση νερού από τον αέρα στην επιδερμίδα.
- Οι μαλακτικές κρέμες και λοσιόν μαλακώνουν και εξομαλύνουν το δέρμα και έτσι βελτιώνουν την εμφάνισή του.
- Αμέσως μετά το πλύσιμο, το δέρμα θα πρέπει να στεγνώσει και να εφαρμοστεί ενυδατική κρέμα.
- Η καθαρή βαζελίνη θεωρείται η λιγότερο ερεθιστική ενυδατική ουσία.
- Τα παχύρρευστα ενυδατικά, όπως η βαζελίνη, δίνουν μια λιπαρή αίσθηση στο δέρμα και αποφράσσουν τα θυλακικά στόμια, καθώς και τα στόμια των εκκρινών αδένων. Σπανίως ευθύνονται για τη δημιουργία ακμής και ιδρώα.
- Τα πλύματα (λοσιόν) απλώνονται εύκολα στο δέρμα, αν και δεν ενυδατώνουν ούτε προστατεύουν τόσο καλά όσο οι παχύρρευστες κρέμες και η βαζελίνη.
- Τα συντηρητικά (π.χ. ισοθιαζολινόννη) που περιέχονται σε κάποιες κρέμες και πλύματα μπορεί να προκαλέσουν σε μερικούς ασθενείς ερεθισμό του δέρματος ή και αλλεργική δερματίτιδα εξ επαφής.
- Οι ασθενείς με ευαίσθητο δέρμα πρέπει να εφαρμόζουν πλύματα ελεύθερα χρωστικών

και αρωμάτων.

- Τα μη αρωματικά σαπούνια και μαλακτικά είναι δυνατόν να περιέχουν «συγκεκαλυμμένα» αρώματα που προκαλούν αλλεργία στο δέρμα.
- Πολλές κρέμες και πλύματα περιέχουν και «αντιγηραντικές ουσίες», όπως οι βιταμίνες A, C και E, αλλά η αντιγηραντική δράση αυτών των σκευασμάτων δεν έχει αποδειχθεί.
- Πολλές κρέμες και πλύματα περιέχουν παράγοντες που προστατεύουν από την ηλιακή ακτινοβολία, με αποτέλεσμα να επιβραδύνεται η γήρανση του δέρματος.
- Αποφύγετε την εφαρμογή κατά τη διάρκεια της νύχτας ενυδατικών προϊόντων που περιέχουν αντιηλιακούς παράγοντες.
- Τα κερατολυτικά ενυδατικά προϊόντα που περιέχουν γλυκολικά οξέα (γαλακτικό οξύ, σαλικυλικό οξύ) και ουρία χρησιμοποιούνται για ήπια απολέπιση του δέρματος.
- Παραδείγματα σκευασμάτων που μειώνουν τον κνησμό είναι το πλύμα Sarna (καμφορά και μενθόλη) και Pramoxone (πραμοξίνη).
- Τα ενυδατικά προϊόντα μειώνουν τη φλεγμονή του δέρματος, ενισχύοντας τις ιδιότητες του φραγμού του.
- Τα προϊόντα Atopiclair (2% γλυκυρετινικό οξύ και βούτυρο καριτέ), Mimyx (N-παλμιτοϋλεθανολαμίνη) και EpiCeram (με αναλογία κεραμιδίων, χοληστερόλης και ελεύθερων λιπαρών οξέων 3:1:1) είναι κρέμες που δεν περιέχουν κορτικοστεροειδές και βελτιώνουν φλεγμονώδεις δερματοπάθειες, όπως είναι η ατοπική δερματίτιδα.
- Το Eleteone είναι 70% λάδι σε 30% νερό και παρασκευάζεται με την τεχνολογία του «αντίστροφου γαλακτώματος», παρέχοντας τα φυσιολογικά οφέλη μιας αλοιφής με τη σύσταση μιας κρέμας.
- Τα Promiseb και Loutrex είναι ενυδατικοί παράγοντες με αντιφλεγμονώδεις και αντιμυκητιασικές ιδιότητες, που φαίνεται ότι βελτιώνουν φλεγμονώδεις καταστάσεις, όπως είναι η σμηγματορροϊκή δερματίτιδα.
- Οι ασθενείς θα πρέπει να συζητούν με τον ιατρό τους για συγκεκριμένα προϊόντα περιποίησης του δέρματος.

Παραδείγματα λιπαντικών κρεμών και πλυμάτων

Εκτός από τα παρακάτω αναφερόμενα, πολλά άλλα αποτελεσματικά προϊόντα διατίθενται στο εμπόριο.

Παχύρρευστες κρέμες και αλοιφές

- Neutrogena Norwegian Hand Formula
- Theraplex Eczema Therapy
- Βάλασμο Mustela Lipid-Replenishing

- Βαζελίνη
- Αλοιφή Aquaphor
- Κρέμα ευσερίνης
- Hudrolatum

Ελαφρότερες κρέμες

- Acid Mantle
- Cetaphil (πολλά σκευάσματα)
- DML
- Moisturel
- Nutraplus
- Aveeno Eczema Therapy
- CeraVe
- Vanicream Moisturizing

Ελαφρότερα πλύματα

- Cetaphil
- DML
- Nutraderm
- Curel
- Aveeno
- CeraVe
- Vanicream Lite

Τοπικά σκευάσματα

- Δύο κύριοι παράγοντες πρέπει να ληφθούν υπ' όψιν κατά την επιλογή του τοπικού φαρμάκου: η δραστική ουσία και το έκδοχο.
- Για να είναι τα τοπικά φάρμακα αποτελεσματικά, πρέπει να χορηγούνται στη σωστή συγκέντρωση σε ένα έκδοχο που βοηθά την απορρόφηση της δραστικής ουσίας από το δέρμα.
- Τα έκδοχα δεν βοηθούν μόνο στη μεταφορά της φαρμακευτικής ουσίας, αλλά διαθέτουν επίσης θεραπευτικές ιδιότητες.
- Οι αλοιφές είναι λιπαρά γαλακτώματα, τύπου νερό σε λάδι (λάδι 70% και νερό 30%) και χρησιμοποιούνται για τη μεταφορά δραστικών ουσιών σε ξηρό δέρμα. Οι αλοιφές αυξάνουν την ισχύ των δραστικών ουσιών σε σχέση με τις κρέμες (π.χ. η αλοιφή Elocon είναι πιο δραστική σε σχέση με την κρέμα Elocon).
- Οι κρέμες είναι γαλακτώματα τύπου λάδι σε νερό (50% λάδι και 50% νερό). Είναι δροσιστικές και δεν αποφράσσουν τους πόρους του δέρματος όπως οι αλοιφές.
- Οι πάστες (pastes) είναι αλοιφές που περιέχουν σκόνη σε ποσοστό 20–50%, όπως είναι το οξείδιο του ψευδαργύρου ή το άμυλο (π.χ. κρέμα Obtundia Calamine). Είναι πιο ξηραντικά απ' ό,τι οι αλοιφές και λιγότερο λιπαρά. Βοηθούν στην αποξήρανση εξανθημάτων που ορορροούν, όπως αυτό από δηλητηριώδη κισσό.
- Τα διαλύματα (solutions) και τα πλύματα (lotions) είναι διαυγή ή γαλακτώδη υγρά που εξατμίζονται κατά την επαφή τους με το

δέρμα, ως εκ τούτου μπορεί να είναι ξηραντικά. Είναι αποτελεσματικά στο να μεταφέρουν φάρμακα σε έντριχες περιοχές, όπως το τριχωτό της κεφαλής, τα άνω και κάτω άκρα. Οι ασθενείς ίσως παρουσιάσουν αίσθημα νυγμών όταν τα εφαρμόζουν σε ανοιχτές έφυγρες περιοχές ή σε βλεννογόνους μεμβράνες.

- Οι γέλες (gels) είναι διαυγή και μη λιπαρά παρασκευάσματα. Κατά την επαφή τους με το δέρμα το ξηραίνουν, καταλείποντας ένα λεπτό στρώμα. Είναι αποτελεσματικές στην ακμή και στις δερματοπάθειες των έντριχων περιοχών. Οι αφροί είναι επίσης μη λιπαροί.
- Οι αφροί (foams). π.χ. Olux, δημιουργούνται με τη δέσμευση αερίων σε ένα υγρό ή στερεό μέσο και είναι ιδιαίτερως χρήσιμοι για την εφαρμογή φαρμακευτικών ουσιών σε έντριχες περιοχές.
- Οι ταινίες μπορούν να εμποτίζονται με φαρμακευτικές ουσίες και είναι χρήσιμες για τη θεραπεία εντοπισμένων βλαβών, όπως στην ψωρίαση και στα κονδυλώματα.
- Οι πούδρες έχουν αποξηραντική δράση και είναι αποτελεσματικές για έφυγρες παρατριμματικές περιοχές. Χρησιμοποιούνται ως έκδοχα για αρκετούς αντιμυκητιασικούς παράγοντες.
- Το νερό μπορεί, όπως και οι πούδρες, να στεγνώσει ορροροούντα εξανθήματα και να συντελέσει στην απομάκρυνση των λεπιών και στην αντιμετώπιση εκτεταμένων δερματικών βλαβών (π.χ. λουτρό με βρώμη ή πίσσα).

Τοπική εφαρμογή και δοσολογία

- Τοποθετείται μια λεπτή στρώση φαρμάκου στο δέρμα και στη συνέχεια γίνεται ήπιο μασάζ μέχρι να απορροφηθεί. Η εφαρμογή παχύτερης στρώσης φαρμάκου δεν αυξάνει τη διείσδυσή του στο δέρμα.
- Ένα γραμμάριο κρέμας καλύπτει μια περιοχή 10 επί 10 cm. Η αλοιφή καλύπτει ελαφρώς μεγαλύτερη έκταση.
- Η Μονάδα Ακροδακτύλου (FTU) αποτελεί μια άλλη μέθοδο υπολογισμού της ποσότητας της κρέμας που θα πρέπει να εφαρμοστεί. Η Μονάδα Ακροδακτύλου ορίζεται ως η ποσότητα αλοιφής που εξάγεται από ένα σωληνάριο με διάμετρο ακροστομίου 5 mm και εκτείνεται από την άνω δερματική πτυχή του δείκτη έως το άκρο του. Σε έναν ενήλικο μία Μονάδα Ακροδακτύλου ζυγίζει περίπου 0,5 g. Ο αριθμός των Μονάδων Ακροδακτύλου που χρειάζεται για να καλυφθούν συγκεκριμένες περιοχές του σώματος απεικονίζεται στο Παράρτημα Α.
- Η συχνότητα της εφαρμογής εξαρτάται από τη φαρμακευτική ουσία, αλλά τα περισσότερα δερματολογικά φάρμακα εφαρμόζονται

μία ή δύο φορές την ημέρα.

- Η ικανότητα του φαρμάκου να διεισδύει στο δέρμα εξαρτάται από την ανατομική περιοχή στην οποία εφαρμόζεται (βλεννογόνοι > όσχεο > βλέφαρα > πρόσωπο > κορμός > άκρα > παλάμες και πέλματα).
- Οι καταστάσεις που προκαλούν ρωγμές στο δέρμα επιτρέπουν και μεγαλύτερη απορρόφηση του φαρμάκου. Καθώς αποκαθίσταται η λειτουργία του επιδερμικού φραγμού, ελαττώνεται η διαδερμική απορρόφηση του φαρμάκου.
- Τα φάρμακα που τοποθετούνται υπό στεγανή περιέδση ή ειδικές φόρμες σώματος απορροφώνται πιο εύκολα από το δέρμα.

Υγρά επιθέματα

- Τα υγρά επιθέματα, ή αλλιώς κομπρέσες, προσφέρουν πολύτιμη βοήθεια στην αντιμετώπιση των εξιδρωματικών δερματοπαθειών.

1. Προμηθευτείτε ένα καθαρό, απαλό κομμάτι ύφασμα, όπως αυτό που χρησιμοποιείται στα σεντόνια ή στα πουκάμισα. Το ύφασμα δεν χρειάζεται να είναι καινούργιο ή αποστειρωμένο.
2. Διπλώστε το ύφασμα και κόψτε το σε μέγεθος ελαφρώς μεγαλύτερο από την περιοχή του δέρματος στην οποία θα εφαρμοστεί η κομπρέσα.
3. Διαβρέξτε το διπλωμένο επίθεμα βυθίζοντάς το στο χρησιμοποιούμενο διάλυμα και στίψτε το ώστε να είναι μουσκεμένο (ούτε να στάζει ούτε να είναι απλώς υγρό).
4. Τοποθετήστε τα υγρά επιθέματα στις προσβεβλημένες περιοχές του δέρματος. Για να διατηρείτε την κομπρέσα υγρή, μην προσθέτετε σε αυτήν διάλυμα, γιατί αυτή η τακτική επανάληψη αυξάνει τη συγκέντρωση του διαλύματος και μπορεί να οδηγήσει σε ερεθισμό του δέρματος. Είναι καλύτερο να αφαιρείτε την κομπρέσα και να την αντικαθιστάτε με μία νέα.
5. Εφαρμόστε τα επιθέματα για μισή ώρα. Αυτή η διαδικασία μπορεί να γίνεται δύο με τέσσερις φορές την ημέρα ή συνεχώς. Όταν το δέρμα καταστεί ξηρό, διακόψτε τη χρήση των υγρών επιθεμάτων. Η υπερβολική ξηρότητα μπορεί να προκαλέσει σχάση του δέρματος και ανάπτυξη ρωγμών.

- Το διάλυμα με το οποίο διαβρέχονται οι κομπρέσες πρέπει να είναι δροσερό όταν επιθυμούμε αντιφλεγμονώδη δράση και χλιαρό όταν στόχος μας είναι ο καθαρισμός μιας επιμολυσμένης, εφελκισμένης βλάβης.
- Τα υγρά επιθέματα δεν πρέπει να καλύπτο-



Θέματα παιδιατρικής

- Τα βρέφη έχουν μεγαλύτερη αναλογία επιφάνειας σώματος σε σχέση με τη μάζα σώματος, γεγονός που τα θέτει σε κίνδυνο ανάπτυξης συστηματικών παρενεργειών από τα τοπικά εφαρμολζόμενα φάρμακα.
- Στα πρόωρα νεογνά, ο επιδερμικός φραγμός δεν λειτουργεί ακόμη όπως στα τελειόμηνα, επιτρέποντας τη διαδερμική απορρόφηση και τη συστηματική τοξικότητα ακόμη και από «αθώες» ουσίες όπως σαπούνια και καθαριστικά διαλύματα.
- Βρέφη που εκτίθενται σε θερμαντικές λάμπες καθώς και νεογνά που γεννούνται μετά τη συμπλήρωση του φυσιολογικού χρόνου κύησης συχνά έχουν ξηρό, λεπιδώδες δέρμα με ραγάδες και επωφελοούνται από την εφαρμογή απλών αλοιφών και κρεμών.
- Τα παιδιά σχολικής ηλικίας συχνά πλένουν υπερβολικά τα χέρια τους με αποτέλεσμα το δέρμα να είναι ξηρό και ρωγμώδες.

νται με πετσέτες ή πλαστικά υλικά. Αυτά τα αντικείμενα εμποδίζουν την εξάτμιση, αυξάνουν τη διαβροχή και τη θερμοκρασία του δέρματος, γεγονός που ευνοεί τον πολλαπλασιασμό βακτηριών.

Τα θεραπευτικά οφέλη των υγρών επιθεμάτων

- Καταστολή της φλεγμονής: η εξάτμιση προκαλεί ψύξη, η οποία έχει ως αποτέλεσμα τη συστολή των επιφανειακών αγγείων και τη μείωση του ερυθρήματος και της ορορροής. Τα υγρά επιθέματα καταπραΰνουν την οξεία φλεγμονώδη αντίδραση, όπως αυτή που προκαλείται από τον δηλητηριώδη κισσό.
- Καθαρισμός τραύματος από τα ιστικά ράκη: η κομπρέσα διαβρέχει τις φυσαλίδες και τις εφελκίδες, βοηθώντας έτσι την απομάκρυνση του νεκρωτικού αυτού υλικού όταν η κομπρέσα αφαιρείται.
- Αποξήρανση: οι επαναλαμβανόμενοι κύκλοι διαβροχής και στεγνώματος προάγουν την αποξήρανση των εξιδρωματικών βλαβών.



Εικόνα 1.2 Η εφαρμογή υγρών επιθεμάτων καταπραΰνει το δέρμα και είναι αποτελεσματική για την αντιμετώπιση ορορροούντων φλεγμονωδών εξανθημάτων.