

# Piano di trattamento per la dermatite atopica

## Guida per il paziente

Il medico consiglia il seguente piano di cura.

### Cura della pelle tutto l'anno

✓ Se applicabile	Regime di cura della pelle	Frequenza	Durata	Note
	 Bagno: acqua naturale, sapone neutro, immergere il corpo per 15 minuti	Una volta al giorno	Sempre	
	 Applicare la crema idratante su corpo e viso mentre la pelle è ancora umida	Dopo il bagno una volta al giorno	Sempre	
	 Applicare il pimecrolimus sulle aree interessate da dermatite atopica (DA)	Due volte al giorno	Fino alla remissione	
	 Utilizzare l'idrossizina	Prima di coricarsi	All'occorrenza	Per il prurito

### Cura della pelle durante le riacutizzazioni della DA

✓ Se applicabile	Regime di cura della pelle	Frequenza	Durata	Note
	 Aggiungere 1/2 tazza di acqua ossigenata all'acqua del bagno	Una volta al giorno	2 settimane	
	 Applicare il farmaco come prescritto	Due volte al giorno	2 settimane	Se l'eczema non è migliorato (meno rosso, meno pruriginoso), chiamare il medico.
	 Applicare la crema idratante sulle aree del corpo e del viso interessate	Dopo il bagno e più volte al giorno	Sempre	La crema idratante deve essere applicata sempre dopo i farmaci.
	 Utilizzare la terapia con impacchi umidi (WWT, Wet Wrap Therapy)	Da 2 a 24 ore, secondo il grado di tolleranza	Più giorni o secondo le indicazioni	
	 Applicare un unguento all'idrocortisone 2,5% sulle aree con DA	Due volte al giorno	14 giorni	Non sul viso
	 Applicare un unguento al triamcinolone 0,1% sulle aree con DA	Due volte al giorno	14 giorni	Non sul viso
	 Utilizzare l'idrossizina	Prima di coricarsi	All'occorrenza	Per il prurito

# Piano di trattamento per la dermatite atopica mediante la terapia con impacchi umidi (WWT)

## Guida per il paziente



Applicare l'agente topico sull'area interessata.



Coprire con un primo strato umido di bende tubolari, garza o cotone. Per aree diffuse, coprire con uno strato umido di pigiami, calze o indumenti senza sostanze irritanti.



Aggiungere un secondo strato asciutto sull'area. Per aree diffuse, aggiungere un secondo strato asciutto di pigiami, calze o indumenti senza sostanze irritanti.



Applicare l'impacco per più ore e fino a 24 ore alla volta, a seconda della tolleranza.



Utilizzare per più giorni o secondo le istruzioni del medico.

La terapia con impacchi umidi (WWT) aumenta la penetrazione del medicinale topico nella pelle, riduce la perdita di acqua e fornisce una protezione dalla tendenza a grattarsi.

### Strategie comportamentali

#### Per gli adulti e i bambini



Per ridurre la tendenza a grattarsi:

- Applicare un impacco fresco o una salvietta fresca sulle aree pruriginose
- Far distrarre e rilassare con immaginazione guidata

#### Per i bambini

- Concentrare l'attenzione su ciò che il bambino può fare quando sente prurito per aumentare il suo senso di controllo
- Reindirizzare ad attività pratiche come il disegno, su blocchi o dispositivi mobili
- Per i momenti di attivazione, tenere le mani occupate con una palla antistress (o raccontare fiabe in età prescolare)
- Evitare di dire spesso "Non grattarti" poiché ciò aumenta lo stress

#### Per gli adulti e i bambini



Per favorire il sonno:

- Riapplicare la crema idratante prima di coricarsi
- Evitare l'uso di dispositivi elettronici (TV, tablet) prima di coricarsi
- Mantenere una routine costante prima di coricarsi (bagno, cura della pelle, libri, musiche o CD per il rilassamento)

#### Per i bambini

- Una volta che la salute della pelle è migliorata, seguire il piano comportamentale se necessario per la gestione dei problemi prima di coricarsi o dei risvegli notturni

#### Per i bambini

- Giocare durante la cura della pelle (disegnare sul corpo con la crema idratante, applicarla prima al genitore, proporre giochi come "Uno, due, tre, stella!", suggerire di battere il proprio tempo migliore)

- Ascoltare audiolibri nella vasca per far distrarre
- Coinvolgere il bambino nell'applicazione della crema idratante per aumentare la sua capacità di controllo
- Lodare il bambino per la partecipazione

Per favorire la collaborazione per il trattamento:

### Strategie ambientali



Per favorire un ambiente senza sostanze irritanti:

- Evitare la moquette se possibile
- Se il pavimento della casa è in moquette, pulire mediante aspirapolvere con filtro HEPA una volta alla settimana
- Mantenere l'umidità inferiore al 50%
- Utilizzare protezioni a prova di acari su letto e cuscini

- Lavare la biancheria da letto e i peluche in acqua molto calda e utilizzare il ciclo di asciugatura caldo
- Ridurre al minimo la presenza di peluche e il disordine in camera da letto
- Evitare le profumazioni in prodotti per la pulizia della casa, detersivi per bucato, candele e deodoranti per ambienti

Per contattarci: