



SEBOROIČNI DERMATITIS

Kaj je namen izvlečka ?

Namen izvlečka je razložiti nastanek seboroičnega dermatitisa, razložiti kako zdravnik postavi diagnozo seboroični dermatitis, kako seboroični dermatitis zdravimo in kako si lahko pomagata sami.

Kaj je seboroični dermatitis?

Seboroični dermatitis je kronična vnetna bolezen, ki se kaže z rdečino in luščenjem na tipičnih mestih. "Seboroični" pomeni, da se pojavlja tam, kjer je koža bogata z lojnicami, to je centralno na obrazu, trupu in v lasišču.

Seboroični dermatitis je zelo pogost med ljudmi, večina se svojega stanja sploh ne zaveda. Prizadene kar 5 % celotne populacije, v blažji obliki kot prhljaj se pojavlja kar pri polovici vseh odraslih, pri čemer je potrebno poudariti, da prhljaj ni dermatološka bolezen, ampak laični izraz za luščenje lasišča. Glede na to da je seboroični dermatitis najpogostejši vzrok za luščenje lasišča, ga nekateri zmotno enačijo s prhljajem. Preden pričnemo sami zdraviti prhljaj s šamponi proti prhljaju, je smislen pregled pri dermatologu, ki bo postavil diagnozo, to je opredelil vzrok luščenja in odredil smiselno zdravljenje.

Kaj povzroča seboroični dermatitis?

Povzročja ga nenevarna gliva *Malassezia spec.*, ki je sicer normalen prebivalec naše kože, vendar se prekomerno namnoži na mastni koži. Ta gliva je povsem drugačna od glivic, ki povzročajo obolenja nohtov ali tistih, ki jih najdemo v živilih. V prvem letu življenja nastane zaradi prekomernega izločanja androgenih hormonov, zaradi nezrele naledvičnice.

Večinoma seboroičnega dermatitis ne povezujemo z drugimi boleznimi, vendar se lahko pri obolelih za HIV- om ali pri tistih s Parkinsonovo boleznijo pojavlja v hujši obliki oz je odpornejši na zdravljenje.

Utrujenost in stres lahko poslabšata seboroični dermatitis. Pogosteje se poslabša v hladnem kot v toplem vremenu. Znanstvenih dokazov, da bi prehrana vplivala na seboroični dermatitis, ni.

Se seboroični dermatitis deduje?

Ne.

Kakšni so simptomi seboroičnega dermatitisa?

Zelo različni. Prizadeta mesta so lahko srbeča, pečejo ali so občutljiva. Sivkasto bela luska, ki zlahka odpade s prizadetega mesta, je nadležna in moteča na temnih oblačilih. Nekateri ljudje po drugi strani imajo seboroični dermatitis, ne da bi zanj vedeli.

Kako seboroični dermatitis izgleda?

Prizadeta mesta so pordela z drobno mastno lusko. Večinoma se pojavlja na enem ali dveh mestih hkrati, včasih je lahko razširjen. Tipična mesta so:

1. **V lasišču:** se lahko pojavlja v blažji obliki kot prhljaj ali v hujši obliki z rdečino, luščenjem ali celo z rosečimi spremembami.
2. **Na obrazu:** večinoma prizadene glabelarno področje med obrvmi, sega v v obrvi, na kožo ob nosnih krilih. Tudi vekci lahko postaneta pordeli, otečeni in luščeci (seboroični blefaritis).
3. **Koža v ušesih in okrog ušes:** nekateri ljudje imajo vnetje v zunanjem sluhovodu, na uhljih in za ušesi. Koža se lahko vname, bakterijska suprainfekcija povzroči rosenje in krusto skvamo. Vnetje v zunanjem sluhovodu lahko naredi ušesni zamašek.
4. **Na prsnem košu in med lopaticama:** se kaže kot dobro omejena, okrogla rožnato rdeča lisa z drobnim luščenjem.
5. **V gubah:** pogosto prizadene vlažna mesta kot so pod prsmi, ingvinalno, v pazduhah ali v trebušnih gubah. Koža je rožnata in se sveti z površinskimi razpokami.

Kako postavimo diagnozo seboroični dermatitis?

Diagnozo postavimo klinično, kar pomeni, da dodatne preiskave niso potrebne. Če posumimo na glivično okužbo lasišča pri otrocih, potem skarifikat lasišča pogledamo pod mikroskopom na glivice.

Včasih seboroični dermatitis težko ločimo od drugih dermatitsov, posebej na mestih kot so veke ali v genitalnem področju ali pri zelo razširjeni obliki. Hude oblike seboroičnega dermatitisa so podobne luskavici. Od luskavice se loči po tem, da je pri luskavici luska srebrnkasta in debelejša, s kože tudi težko odpade, obraz pa je redko prizadet. Včasih seboroičnega dermatitisa in luskavice, le na podlagi klinične slike ne moremo ločiti, posebej, če so spremembe omejene le na lasišče. Srečamo tudi primere, ko se obe bolezni prepletata, govorimo o sebopsoriji.

Je seboroični dermatitis ozdravljiv?

Seboroični dermatitis se izboljša z ustreznim zdravljenjem, vendar trajne ozdravitve ni, ker gre za kroničen potek se bolezni ponavlja.

Kako poteka zdravljenje seboroičnega dermatitisa?

Seboroični dermatitis zdravimo na naslednje načine:

Izbira zdravljenja zavisi od prizadetega mesta na koži.

1. **V lasišču:** seboroični dermatitis zdravimo s pripravki, ki delujejo proti Malasezii spec., to so ketokonazol, ciklopiroks, cinkov pirition, selenov sulfide ki se najpogosteje uporabljajo v obliki šamponov. Ti šamponi se lahko redno uporabljajo. Za najboljši učinek vtrite šampon v lasišče in pustite delovati 5 – 10 minut preden ga dobro sperete z lasišča. Če se koža izrazito luši, se svetujejo keratolitiki, sredstva za luščenje kože. Pri odraslih najpogosteje uporabljamo salicilno olje, ki ga nanesem preko noči na luščeče predele. Namesto salicilnega olja uporabljamo tudi olivno olje. Ko je koža nadražena, lahko občasno uporabimo kortikosteroidni losion, gel ali kot v nekaterih evropskih državah, kortikosteroidni šampon. Pri otrocih pogosto uporabljamo šampone na osnovi uree. Pri dojenčkih zadostuje mastno negovalno mazilo ali olivno olje, ki ga nanesemo zvečer pred spanjem na dojenčkovo lasišče, zjutraj pa speremo s šamponom.
2. **Drugje na koži:** antimikotična krema ali mazilo je ponavadi učinkovita. To so klotrimazol, mikonazol in nistatin. Občasno jih kombiniramo tudi za krajše obdobje z blagimi kortikosteroidi, zato da zmanjšamo vnetje.
3. **V zunanjem sluhovodu:** antimikotiki v raztopini, odsvetuje se uporabo vatiranih palčk, ki dodatno iritirajo kožo.
4. **Na vekah: zelo pomembno je, da luske odstranimo z blagimi odstranjevalci ličil, s čim manj drgnjenja vek.** Če nam odstranjevalci ličil ne odgovarjajo, lahko uporabimo sintetična mila (sindete), ki se kupijo v lekarni. Potem, ko so luske odstranjene uporabimo predpisano kremo.

Občasno, če so spremembe razširjene ali rezistentne na zgoraj omenjena zdravljenja, vam lahko dermatolog predpiše tudi sistemske antimikotike, redkeje retinoide in visoko potentne kortikosteroide.

Kaj lahko sam naredim za svojo kožo?

Ključno pri zdravljenju seboroičnega dermatitisa je prvilna nega kože obraza in lasišča. V primeru, da gre za klasično obliko seboroičnega dermatitisa brez pridruženih bolezni, je smiselno kožo redno negovati po postopkih natančno opisanih v zgornjih odstavkih glede na prizadeta področja. V primeru, da se seboroični dermatitis kombinira z drugimi kožnimi boleznimi, kot npr. Atopijski dermatitis, kontaktni dermatitis, rosacea, ipd. Je obravnava izrazito individualna. Povsem drugače bo kožo negoval nekdo, ki ima pridružen atopijski dermatitis kot nekdo, pri katerem je v ospredju seboreja. Obisk pri dermatologu je priporočljiv. Dermatolog bo prilagodil zdravljenje in priporočil primerno nego, ki bo odgovarjala posamezniku. Pravilna in redna nega kože je doživljenjska zaveza. Ko se spremembe v lasišču pozdravijo, je smiselno tudi profilaktično zdravljenje, npr. 1 x tedensko uporabo antimikotičnega šampona.

V BB dermatologiji smo mnenja, da so smiselne kontrole pri dermatologu, tudi v času poslabšanj na koži, dermatolog vam tako sproti in individualno prilagaja

zdravljenje. Dieta nima večjega vpliva na potek seboroičnega dermatitis.