

I. ATOPICKÝ EKZÉM	9
1. Co je atopický ekzém?	11
2. Co znamená slovo atopický?	15
3. Co je alergie?	16
4. Kdy se může atopický ekzém zhoršit?	18
5. Které zevní vlivy působí na atopický ekzém nepříznivě?	19
6. Co způsobuje silné svědění kůže u pacientů s ekzémem?	20
7. Jak mohu u svého dítěte omezit svědění a zabránit neustálému škrábání?	21
8. Jaké jsou komplikace atopického ekzému?	23
9. Je možné dítě s atopickým ekzémem normálně očkovat podle očkovacího kalendáře?	25
10. Zdá se mi, že když mé dítě užívá antibiotika, zhoršuje se mu ekzém. Je to možné?	26
II. LÉČBA	27
1. Je ekzém vyléčitelný?	29
2. Která vyšetření jsou důležitá u pacienta s atopickým ekzémem?	30
3. Které vnitřní léky je možné využít při léčbě ekzému?	31
4. Je důležitá zevní léčba?	32
5. Který zevní lék je nejlepší?	33
6. Jak správně aplikovat obklady a kdy je použít?	35
7. Jak správně zacházet s předepsanou pastou?	36

8.	K čemu slouží předepsané promašťovací krémy a masti a jak s nimi zacházet?	37
9.	Není přílišné promašťování kůže pro dítě škodlivé?	43
10.	Jak správně zacházet se zevními hormonálními léky?	46
11.	Jsou lokální hormonální léky nebezpečné?	47
12.	Je vhodné ošetřovaná místa zavazovat?	49
13.	Pomáhá v léčbě ekzému olej z australského čajovníku?	50
14.	Je vhodné vyzkoušet nyní tolik doporučovaný olej z pupalky?	52
15.	Jaká kosmetika je vhodná pro pacienty s atopickým ekzémem?	54
16.	Je možné přímo doporučit některé kosmetické přípravky nebo osvědčené značky kosmetiky?	56
17.	Je vhodné vyzkoušet kosmetiku s přírodními solemi z Mrtvého moře? Zlepší ekzém? Je vhodná koupel se solí z Mrtvého moře?	61
18.	Je vhodné používat horské slunce?	63
19.	Jsou vhodné návštěvy solária?	64
20.	Je vhodné vyzkoušet biolampu?	65
21.	Pomůže v léčbě atopického ekzému laser?	66
22.	Jak vhodně využít v léčbě atopického ekzému byliny?	67
23.	Je možné využít některé způsoby přírodní léčby praktikované léčiteli?	69
24.	Je možné léčit ekzém homeopatickými léky?	71
25.	Je vhodné vyzkoušet akupunkturu?	72
26.	Jsou v poslední době nějaké nové účinné léky, které pomáhají zlepšit kvalitu života ekzematiků?	73

III. ŽIVOTNÍ STYL 75

1.	Jaká je úloha životosprávy při léčbě atopického ekzému?	77
2.	Jak dítě správně oblékat?	79
3.	Jsou vhodné plenkové kalhotky »na jedno použití«?	80
4.	Jaké prostředky používat k praní prádla?	81
5.	Jak správně pečovat o čistotu těla?	82
6.	Jsou pro pacienty s ekzémem vhodné olejové koupele?	84

7.	Jsou vhodné přírodní přísady do koupele?	88
8.	Lze u dítěte narozeného v rodině s alergickou zátěží odhadnout riziko vzniku atopického ekzému?	89
9.	Jaký význam má kojení pro dítě se zvýšeným rizikem vzniku alergie? ...	90
10.	Jaká je nevhodnější výživa kojence s rizikem alergie, nemůže-li matka kojit nebo kojí-li jen po omezenou dobu?	92
11.	Dá se předejít rozvoji atopického ekzému u dítěte s alergickou rodinnou zátěží?	93
12.	Jak správně živit kojence s prokázanou alergií na kravské mléko?	94
13.	Je možné k výživě dětí s alergií na kravské mléko používat mléko sójové nebo kozí?	95
14.	Kdy a jak zavádíme tzv. nemléčný příkrm u dětí ohrožených alergií a u dětí s ekzémem?	96
15.	Jaká dietní opatření jsou vhodná u batolat a starších dětí postižených ekzémem?	99
16.	Jak upravit domácí prostředí alergika?	101
17.	Jak chránit alergika před roztoči?	102
18.	Jak chránit alergika proti plísním?	103
19.	Jak chránit dítě při pylové alergii?	104
20.	Zhoršuje kontakt s domácími zvířaty ekzém?	105
21.	Jaké příkrývky jsou vhodné pro pacienta s ekzémem?	106
22.	Smí pacient s ekzémem sportovat a které sporty jsou vhodné?	107
23.	Jaká jsou pro mladistvého s atopickým ekzémem omezení při volbě povolání?	108
24.	Jaké jsou vhodné výchovné přístupy v rodině s atopickým ekzémem?	109
25.	Je vhodné informovat podrobněji třídního učitele o chronickém onemocnění dítěte?	110
26.	Je pro děti s atopickým ekzémem vhodné slunění?	113
27.	Pomůže v léčbě ekzému pobyt u moře?	115
28.	Je vhodný pobyt u Mrtvého moře?	118
29.	Je vhodná klimatická léčba na horách?	119

30. Jaké jsou možnosti lázeňské léčby pro pacienty s atopickým ekzémem?	120
31. Co jsou denní sanatoria a jak mohou pacientům s atopickým ekzémem pomoci?	123
IV. INFORMACE	125
1. Poskytuje stát nějakou finanční pomoc rodičům dětí s atopickým ekzémem?	127
2. Existují speciální kolektivní zařízení pro předškolní děti, které trpí alergií?	128
3. Existují sdružení pacientů s atopickým ekzémem? Jaká je jejich činnost?	129
Slovníček odborných výrazů	133
Poznámka nakladatele	139
Literatura	141
Užitečné internetové adresy	142