

## **ΕΔΑΕ: Ένας στους δύο ανθρώπους εμφανίζει εξάνθημα**

Οι περισσότεροι άνθρωποι παρουσιάζουν κάποια στιγμή ένα μικρό ή μεγάλο δερματικό εξάνθημα, που άλλοτε ξέρουν και άλλοτε αγνοούν παντελώς που οφείλεται. Ξέρετε όμως τότε τα εξανθήματα είναι ενδείξεις ήπιων καταστάσεων και τότε χρειάζονται άμεσα έλεγχο από έναν γιατρό;

Όπως εξηγούν οι ειδικοί της Ελληνικής Δερματολογικής & Αφροδισιολογικής Εταιρείας (ΕΔΑΕ), το εξάνθημα δεν είναι μία συγκεκριμένη διάγνωση, αλλά ένας γενικός όρος που περιγράφει οποιαδήποτε δερματική βλάβη με φλεγμονή και/ή αποχρωματισμό που διαταράσσει την φυσιολογική εμφάνιση του δέρματος.

Τα εξανθήματα είναι πάρα πολλά και διαφορετικά, έχουν δεκάδες αιτίες και είναι πάρα πολύ συνηθισμένα. Σε μελέτη, λ.χ., έξι ευρωπαϊκών χωρών που δημοσιεύθηκε το 2014 στο επιστημονικό περιοδικό JAMA Dermatology, ομάδα επιστημόνων ανακάλυψαν ότι από τους σχεδόν 12.800 συμμετέχοντες, ο ένας στους τρεις (το 31,8%) είχαν παρουσιάσει εξάνθημα κατά το τελευταίο έτος και περισσότεροι από τους μισούς (το 51,7%) είχαν εκδηλώσει εξάνθημα κάποια στιγμή στη ζωή τους.

Ανάλογα με την αιτία τους, τα εξανθήματα συνήθως διαρκούν από 5 έως 20 ημέρες, ενώ μπορεί να εκδηλωθούν σε μικρό τμήμα του δέρματος ή να είναι γενικευμένα. Εκτός από τον εμφανή αποχρωματισμό και τη φλεγμονή μπορεί επίσης να προκαλούν κνησμό (φαγούρα), να είναι ζεστά όταν τα αγγίζει κανείς, να έχουν φουσκάλες ή φλύκταινες, διόγκωση ή και να προκαλούν πόνο.

Η διάγνωσή τους βασίζεται στην εμφάνισή τους, τα άλλα συμπτώματα που τυχόν προκαλούν, το ιστορικό του ασθενούς (π.χ. αν έφαγε ή άγγιξε κάτι), το επάγγελμά του και το οικογενειακό ιστορικό του.

### **Συνηθισμένες αιτίες εξανθημάτων είναι:**

\* Οι τροφικές αλλεργίες. Περισσότερο από το 90% των τροφικών αλλεργιών στα παιδιά προκαλούνται από το γάλα, τα αυγά, τα φιστίκια, το σιτάρι, τη σόγια και άλλους ξηρούς καρπούς όπως τα καρύδια και τα αμύγδαλα. Στους ενήλικες, οι κύριες αιτίες τροφικής αλλεργίας είναι τα φιστίκια και οι άλλοι ξηροί καρποί, τα ψάρια και τα θαλασσινά, που επίσης ευθύνονται για εννέα στα δέκα κρούσματα τροφικής αλλεργίας.

\* Τα φάρμακα. Πολλά συνταγογραφούμενα και μη φάρμακα μπορεί να έχουν ως ανεπιθύμητη ενέργεια την πρόκληση εξανθήματος, το οποίο μπορεί να είναι από ήπιο έως σοβαρό. Χαρακτηριστικά παραδείγματα είναι τα αντιβιοτικά, κοινά παυσίπονα (π.χ. ακετυλοσαλικυλικό οξύ, ιβουπροφαίνη, ναπροξένη), δυνατά αναλγητικά (π.χ. κωδεΐνη),

διουρητικά, εμβόλια, φάρμακα για την επιληψία, για την υπέρταση κ.λπ. Τα εξανθήματα μπορεί να είναι επίσης απόρροια αλλεργικής αντίδρασης στο φάρμακο ή να εκδηλωθούν όταν το δέρμα εκτεθεί στον ήλιο μετά τη λήψη του φαρμάκου (δηλαδή να υπάρξει μια αντίδραση φωτοευαισθησίας, όπως λέγεται επιστημονικά).

\* Το άγχος.

\* Αλλεργικές αντιδράσεις σε τσιμπήματα εντόμων (π.χ. σφήκα, μέλισσα), στην επαφή του δέρματος με μέταλλα (π.χ. νικέλιο), με φυτά (π.χ. τσουκνίδα, δηλητηριώδης κισσός) κ.λπ.

\* Δερματοπάθειες (π.χ. έκζεμα, ακμή, μυκητιάσεις κ.λπ.)

\* Η έκθεση στον ήλιο ή στη ζέστη (π.χ. ηλιακά εγκαύματα, φωτοδερματίτιδες).

\* Η τριβή του δέρματος στα σημεία όπου σχηματίζει πτυχές (π.χ. κάτω από τους μαστούς, ανάμεσα στα πόδια, στις μασχάλες κ.λπ.) ή με τραχιά υφάσματα.

\* Η κακή προσωπική υγιεινή.

\* Ορισμένα νοσήματα (π.χ. ψωρίαση, ερυθματώδης λύκος, δηλητηρίαση από μόλυβδο, νόσος Lyme κ.λπ.)

Τα παιδιά είναι εξαιρετικά ευάλωτα στην εμφάνιση εξανθημάτων, που συχνά εκδηλώνονται ως συνέπεια ασθενειών όπως η ανεμευλογιά, η ιλαρά, η οστρακιά, αλλά και σοβαρότερες παθήσεις όπως η μηνιγγίτιδα και πολλές άλλες.

Μία από τις συχνές αιτίες εξανθήματος είναι η δερματίτιδα εξ επαφής η οποία, όπως υποδηλώνει η ονομασία της, εκδηλώνεται όταν το δέρμα αγγίζει κάτι που προκαλεί την αντίδρασή του. Υπολογίζεται ότι το σχεδόν 20% του γενικού πληθυσμού πάσχει από δερματίτιδα εξ επαφής, η οποία στις μισές περιπτώσεις οφείλεται σε ερεθισμό του δέρματος και στις υπόλοιπες σε αλλεργία. Στις πιθανές αιτίες της δερματίτιδας εξ επαφής συμπεριλαμβάνονται:

\* Προϊόντα περιποίησης, σαπούνια, απορρυπαντικά, αρώματα

\* Οι χρωστικές των υφασμάτων

\* Η επαφή με χημικά του καουτσούκ, των ελαστικών ή του λάτεξ

\* Η επαφή με φυτά όπως η τσουκνίδα, ο δηλητηριώδης κισσός, η δηλητηριώδης δρυς κ.λπ.

\* Η έκθεση σε χημικά (π.χ. χρώμιο) στον χώρο εργασίας

Αν και συνήθως τα εξανθήματα είναι διαχειρίσιμα και δεν οφείλονται σε κάτι σοβαρό, υπάρχουν περιπτώσεις όπου απαιτείται άμεση αξιολόγηση από έναν γιατρό. Αυτό είναι απαραίτητο όταν το εξάνθημα:

\* Αναπτύσσεται σε όλο το σώμα (μπορεί να οφείλεται σε λοίμωξη ή αλλεργική αντίδραση).

\* Αρχίζει να δημιουργεί φλύκταινες, φουσκάλες ή πληγές (μπορεί να οφείλεται σε αλλεργία, αντίδραση σε φάρμακο ή κάποιο εσωτερικό αίτιο).

\* Συνοδεύεται από πόνο.

\* Μολυνθεί. Ενδείξεις μόλυνσης είναι η εμφάνιση κίτρινου ή πρασινωπού υγρού, η διόγκωση, ο σχηματισμός κρούστας, ο πόνος, το αίσθημα καύσου στην περιοχή κ.λπ.

\* Συνοδεύεται από πόνο στις αρθρώσεις ή πονόλαιμο.

\* Συνοδεύεται από «δέκατα» (σωματική θερμοκρασία λίγο υψηλότερη από το φυσιολογικό).

Τον γιατρό πρέπει να συμβουλευθείτε αμέσως και αν το εξάνθημα εκδηλώθηκε έπειτα από τσίμπημα εντόμου ή δάγκωμα ζώου.

Στο νοσοκομείο πρέπει να πάτε αμέσως αν το εξάνθημα συνοδεύεται από ένα ή περισσότερα από τα ακόλουθα:

\* Αίσθημα σφιξίματος ή κνησμού στο λαιμό

\* Δυσκολίες στην αναπνοή

\* Διόγκωση του προσώπου ή των άκρων

\* Πυρετό (από 38 βαθμούς Κελσίου και πάνω)

\* Πνευματική σύγχυση, ζάλη, πόνο στο κεφάλι ή στον αυχένα

\* Επαναλαμβανόμενους εμέτους ή διάρροια

\* Δυσκαμψία στον αυχένα