

LE MISURE ANTI COVID – 19 POSSONO AGGRAVARE LE DERMATITI ALLERGICHE?



Le disposizioni governative, in tutta l'Europa, al fine di ridurre la diffusione del coronavirus, sono genericamente quelle di lavarsi le mani regolarmente con acqua e sapone, usare una copertura per il viso quando si è in spazi chiusi (oltre che, ovviamente, il mantenere le distanze dagli altri).

Purtroppo, per coloro che soffrono di dermatiti allergiche, i numerosi lavaggi quotidiani delle mani e l'uso prolungato della mascherina chirurgica per il viso possono esacerbare i sintomi della loro patologia.

Un gruppo di allergologi inglesi (AllergyUK) ha elaborato una sorta di decalogo con considerazioni e consigli rivolti ai pazienti allergici per aiutarli a gestire l'eczema e impedire che la loro pelle diventi secca e screpolata.

Li riportiamo, sintetizzati, qui di seguito:

- 1. Lavarsi le mani con acqua e sapone.**
- 2. Sciacquare bene per rimuovere le particelle di sapone e subito dopo applicare un emolliente sulle mani per prevenire l'irritazione.**
- 3. Asciugare accuratamente le mani dopo il lavaggio per evitare sfregamenti e ulteriori danni alla pelle.**
- 4. Ridurre al minimo il contatto con sostanze irritanti e proteggere le mani indossando guanti quando si lava i piatti o si utilizzano prodotti per la pulizia della casa.**
- 5. Ricordarsi di togliersi i guanti il prima possibile dopo aver completato l'attività, poiché la sudorazione può irritare le mani. Se è necessario indossare guanti protettivi per lunghi periodi. Meglio utilizzare un guanto di rivestimento di materiale sottile per ridurre al minimo il rischio di irritazione**

- 6. Applicare una crema idratante prima di indossare la mascherina chirurgica, questo aiuterà a fungere da ulteriore barriera per la pelle sensibile.**
- 7. Scegliere una maschera di cotone, poiché è un tessuto traspirante e ha meno probabilità di irritare la pelle sensibile rispetto ad altri materiali sintetici.**
- 8. Scegliere la maschera adatta, non troppo stretta da causare segni o irritazioni, ma non così larga da scivolare verso il basso o da non creare una tenuta tra naso e pelle. Scegliere una maschera che si lega alla parte posteriore della testa rispetto agli elastici per le orecchie.**
- 9. Se possibile, prendersi una pausa dall'indossare la maschera a intervalli regolari durante il giorno.**
- 10. Lavarsi le mani e il viso con acqua tiepida quando si toglie la maschera per aiutare a rimuovere eventuali sostanze irritanti dalla pelle (come trucco, sudore e inquinamento), quindi applicare nuovamente la crema idratante.**

