



Nobilis Tilia

Přírodní aromaterapeutická péče pro malé atopiky





Nobilis Tilia

Atopický ekzém u miminek a dětí

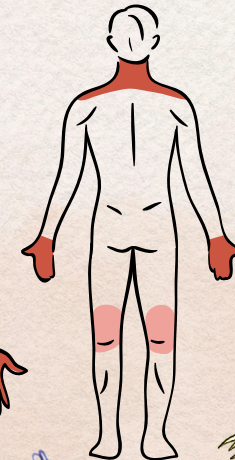
Věděli jste, že už ve 3. až 6. měsíci věku se u kojenců a miminek začíná projevovat atopický ekzém a postihuje až 60 % malých dětí?

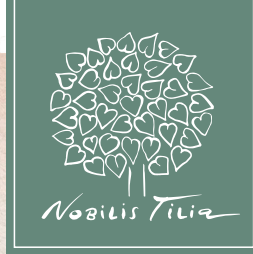
Atopický ekzém, nebo také atopická dermatitida, je chronické zánětlivé onemocnění pokožky. Projevuje se narušenou ochrannou funkcí a rovnováhou kožního mikrobiomu, které způsobují suchost, popraskání, začervenání a svědění pokožky. Objevují se také drobné pupínky, puchýřky, záněty a mokrání.

Pleť na obličeji se vyznačuje pnutím a svěděním. Kůže na těle je suchá až šupinatá, praská, svědí a olupuje se. Obranný mechanismus pokožky je výrazně oslaben a nedostatečně chrání před působením dráždivých látek, které způsobí další podráždění a průběh onemocnění se prohlubuje.

U kojenců se ekzém objevuje obvykle již v prvním půl roce života.

Nejdříve zasahuje hlavičku a tváře a postupně se přesouvá na končetiny. Když se ekzém objeví u větších dětí a dospívajících, bývá nejčastěji zasažen obličej, krk, ruce a trup. Také loketní a podkolenní jamky, zápěstí, kotníky, hýždě a stehna.





DIAGNOSTIKA DĚTSKÉHO EKZÉMU

Ekzém se může projevit u miminka již v prvních týdnech po porodu. Jelikož se však v tomto období vyskytují i další formy kožních vyrážek jako kopřivka, lupénka či seborrhoická dermatitida, určit, zda se jedná skutečně o ekzém není snadné. Miminka navíc neumějí vyjádřit, co je trápí, a tak pro vás může být znamením nejen stav pokožky, ale také neklid a špatný spánek způsobený právě svěděním. Na místě pak je navštívit pediatra nebo přímo dermatologa.

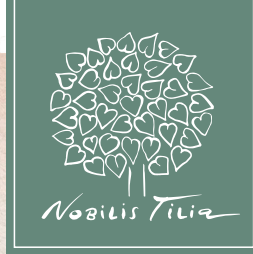
Jak upozorňuje MUDr. Hana Moosová z Kožní ordinace v Liberci:

„U dětí doporučuji opatrnost při určování diagnózy, protože se může jednat i o takzvanou atopiformní dermatitidu anebo o prosté podráždění nedostatečně zvláčňené kůže, které může rovněž způsobovat svědění a zčervenání.“

PŘÍČINY A PREVENCE VZNIKU EKZÉMU

Prvním krokem pro zlepšení stavu pokožky s ekzémem je odhalit příčinu jeho vzniku. A příčin může být mnoho. Jako u většiny nemocí i u ekzému hraje roli genetika, kterou ovlivnit nelze. Co však ovlivnit můžete, je **vyvarování se dráždivým spouštěčům a především pak správně pečovat o pokožku i dětskou psychiku**. S obojím vám pomůže aromaterapie a naše šetrné kosmetické produkty.





Jak správně pečovat o ekzematickou pokožku miminek

To nejdůležitější v péči o pokožku malých atopiků je správná péče pomocí vhodných kosmetických přípravků. U dětí a zvláště u miminek je to však ještě trochu složitější. Nevhodná péče o pokožku totiž bohužel často začíná už v porodnici. Mnoho běžně používaných výrobků obsahuje syntetické a ropné látky, které oslabují mikrosvět dětské pokožky natolik, že se stává citlivější a začnou se objevovat různé formy kožních projevů.

V péči o pokožku novorozenců proto volte přírodní šetrné přípravky, ideální jsou ty s obsahem kvalitních rostlinných olejů, které podporují kožní mikrobiom, posilují ochrannou funkci kůže a jsou pro tělo přirozenější. Pro novorozence také platí, že méně je více a není dobré jejich pokožku zatěžovat větším množstvím přípravků.

KOUPELE

Koupele pro miminka připravujte spíše z vlažné vody, příliš teplá pokožku vysušuje. Místo pěny volte koupelové oleje, které nevysušují, zvláčňují a do hloubky vyživují. Po koupeli pak zůstává pokožka hezky hydratovaná a v případě potřeby ji můžete ještě promastit tělovými oleji nebo zvláčňujícími krémy pro děti.

PÉČE POD PLENKAMI

Obzvláště inkriminovaná část dětských tělíček je zadeček celý den vtěsnaný do plenek. Pozornost proto věnujte nejen výběru plenek, ale především produktům pro jeho péči, které by měly jemně čistit, zklidňovat podráždění a začervenání, promastit a udržovat přirozenou bakteriální mikroflóru. Kdykoli je to možné, nechte také miminko bez plenky, aby pokožka volně dýchala a nezapařovala se.





JAK ZVLÁDNOUT EKZÉM U STARŠÍCH DĚTÍ

Školáci často trpí ekzémem už od doby, kdy byli miminka. Onemocnění tedy znají a péči o pokožku zvládnou sami, a to i v případě, že se u nich ekzém projeví prvně během školních let. **Ve škole by s sebou měli mít po ruce krém, na který jsou zvyklí, měli by vědět, jak ho používat a proč je důležité se neškrábat. Kromě vnější péče o pokožku ale děti mnohdy potřebují dodat hlavně psychickou oporu.** Je pro ně náročné zvládnout nový dětský kolektiv, natož s viditelnými projevy ekzému na těle. Pomozte jim připravit se na možné reakce okolí včas. Věnujte se svým dětem, aby se vám mohly s důvěrou svěřit a ulevit si od svých starostí.

PÉČE PŘI EKZEMATICKÉ POKOŽCE

Pro dospělé i děti s atopickým ekzémem jsme vyvinuli komplexní řadu 4 produktů, která obsahuje **aktivní látky z ovsa (ovesného oleje a extraktu), extrakt z měsíčku lékařského a konopného oleje.** Účinné složení s BIO certifikací zlepšuje bariérovou funkci pokožky, **zklidňuje a zmírňuje podráždění, začervenání, suchost a svědění.** Všechny produkty jsou zároveň obohaceny o benefity éterických olejů, které **pomáhají překonat stavy úzkosti, přecitlivělosti a podporují nalezení vnitřního klidu.**





Péče o pokožku atopiků krok za krokem

Zásadní je zamezit škrábání, zvlhčovat pokožku, zklidnit podráždění.

Ucelená denní péče pro všechny atopiky začíná už při mytí těla vhodnými přípravky, které pokožku nevysušují. Místo mýdel zvolte **šetrné mycí oleje a balzámy na olejové bázi**, které nevysušují, ale chrání a hydratují. Po umytí tělo potřebuje **promazat zvláčňujícími a hydratačními produkty**. Pravidelné mazání pokožky těla a obličeje je nutné provádět každý den, nejlépe 2x, pro udržení klidové fáze ekzému. Při akutních projevech ekzému je třeba **okamžitě zklidnit podráždění, začervenání a vlhkost**.

Používejte **šetrné produkty přírodního charakteru s obsahem kvalitních rostlinných olejů**, které slouží jako prebiotika (výživa) pro pokožku a udržují mikrobiom pokožky v rovnováze.



SPRCHOVÝ BALZÁM ATOPIK

Pro každodenní šetrné mytí hydrataci pokožky.



OBNOVUJÍCÍ TĚLOVÉ MLÉKO ATOPIK

Pro zvláčnění po mytí a obnovu bariérové funkce pokožky.



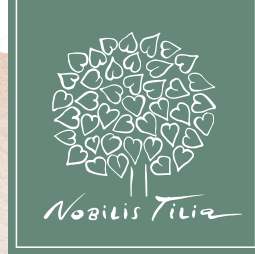
OBNOVUJÍCÍ KRÉM ATOPIK

Pro regeneraci a zvláčnění suché a popraskané pokožky.



ZKLIDŇUJÍCÍ KRÉM ATOPIK

Pro okamžitou úlevu při zarudnutí, svědění a vlhkosti.



Aromaterapie pro podporu dětské psychiky

Silné svědění narušuje koncentraci dětí ve škole a jejich psychiku v kolektivu kamarádů, stejně jako dětský spánek a pohodu miminka i rodičů. Spánek podporuje regeneraci a je-li nekvalitní, zhoršuje i průběh onemocnění.

Pár kapek éterických olejů na kapesníček, na keramické destičce nebo v difuzéru dětem zajistí:

- 1. Oporu a sebejistotu:** borovice, smrk, cedr
- 2. Odvahu a otevření se novým zážitkům:** tymián linalol, eukalyptus radiata, tea tree
- 3. Snadné přijetí nových situací:** heřmánek, palmorůžová
- 4. Lepší spánek, úlevu při nachlazení nebo špatném zažívání:** Směs éterických olejů Dětská

Pro správnou orientaci v účincích éterických olejů doporučujeme **brožuru Éterické oleje**, kde naleznete kompletní přehled našich éterických olejů a popis jejich použití, ředění i skladování.





Co to jsou dráždivé faktory?

Dráždí nebo oslabují, ztenčují a narušují kožní bariéru, a tím otevírají kůži pro vstup látek, které způsobují vzplanutí ekzému. Pokud se dráždivým faktorům budete vyhýbat, pokožka se postupně zklidní a ekzém přejde do fáze remise – zlepšení.



- **Syntetické čisticí, dezinfekční, odmašťující či silně parfemované prostředky** (například prášky na praní, aviváže, mýdla, ad.)
- **Alergeny, pyly, plísně, nevhodná strava**
- **Oblečení, které negativně ovlivňuje mikroklima na pokožce**
- **Pocení, vlhkost, tření**
- **Nedostatek UV záření a vitamínu D**
- **Přetopené prostředí a suchý vzduch**
- **Znečištěné životní prostředí**
- **Dlouhodobá psychická zátěž a stres**, kterým mohou být děti vystaveny doma, ve škole či školce a které bývají velmi silným spouštěčem ekzému



Rady a tipy, jak si s dráždivými faktory poradit

STRAVA

Nevyvážená či nevhodná strava kojící maminky do značné míry ovlivňuje i pokožku miminka. Pokud je miminko kojené, sledujte, co jíte. Mateřským mlékem se mohou přenášet i alergeny, které stav pokožky s ekzémem zhoršují. A může to být i snaha o rychlý návrat ke štíhlé linii po porodu. **Intenzivní cvičení, změna stravy a hubnutí nebo s tím spojený stres, je v období kojení častou příčinou vyrážek kojených dětí.** Z mamincina těla se totiž vyplavují škodliviny a ty pak krevním oběhem přecházejí do mléka.



POTRAVINOVÉ ALERGENY

Určité druhy potravin, častěji známé **potravinové alergeny**, jako jsou například mléčné výrobky, ořechy, vejce, sója nebo lepek, mohou mít vznik ekzému na svědomí nebo jeho průběh zhoršovat. Je tedy důležité zjistit, zda děti netrpí nějakou potravinovou intolerancí nebo přímo alergií, a tyto potraviny poté je z jídelníčku vyřadit. Stejně tak je dobré omezit nebo zcela vynechat příjem potravin, které v těle zvyšují hormon histamin. **Jde například o cukr, kakao nebo některé druhy ovoce a zeleniny, nejčastěji jahody, rajčata a citrusy.**

Naopak jsou ale potraviny, které vnitřně **posílí imunitní systém**, který se pak s onemocněním bude lépe vyrovnávat, např. rostlinné oleje, které obsahují omega 3 a omega 6 mastné kyseliny.





Nobilis Tilia

OBLEČENÍ

Umělá vlákna v textilních materiálech nebo také jejich struktura, hrubost a švy, jsou jedněmi z mnoha možných dráždivých faktorů, které se dotýkají přímo dětské pokožky. Dochází pak ke tření a oděru nebo k pocení, které má na pokožku svůj dopad. Pokud je kůže navíc suchá a rozškrábaná, bude také více reagovat na další faktory, jako jsou alergenů či jiné dráždivé látky z textilního materiálu, barviv či zbytků pracích prostředků. Proto je pro atopickou pokožku **ideální čistá nebělená bavlna**, ve které může kůže volně dýchat, nebo podobné jemné materiály, jako je len a přírodní hedvábí. Vybírejte také oblečení s plochými švy, které neškrábou a pokožku zbytečně nedráždí.

SPORTOVÁNÍ

Nemusí jít vlastně ani o sport, ale malé děti ve školce jsou velmi aktivní a snadno se zapotí. Měly by mít k dispozici **několik vrstev oděvů**, které mohou postupně odkládat. Na hodiny tělocviku je pak zvláště důležité vybrat dětem oblečení, které je nebude příliš obepínat a dráždit. Nejlepší je **bavlna, v níž může pokožka dýchat**. Pokud je to možné, starší děti by se měly po sportovní aktivitě ve škole nebo na tréninku ihned krátce **osprchovat vlažnou vodou**, aby se na kůži nedržel pot.

PRANÍ

Svou roli v péči o oblečení hraje také praní. Vysoké teploty ničí bakterie a roztoče, které jinak také mohou pokožku dráždit. Z pracích prostředků, ve kterých prádlo perete a které se dostatečně nevymáčají, se mohou skrze oblečení do citlivé dětské pokožky uvolňovat toxické látky. Volte tedy raději **šetrné nontoxic prací gely, prášky a aviváže**, materiály, které lze prát na vyšší teploty, bublen neplňte k prasknutí, ale zhruba do 2/3, aby se prádlo vypralo pomocí mechanické činnosti a poté se důkladně vymáčkalo.





Nobilis Tilia

KOUPÁNÍ

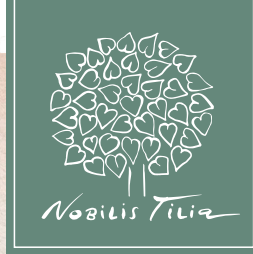
Koupání v **mořské vodě**, která obsahuje užitečné minerály, atopické pokožce prospívá. Doma pusťte dětem **sprchu s vlažnou vodou**, ta horká pokožku příliš vysušuje. Dopřát jim můžete také **lázeň v ovesném mléce**, které je známé díky svým zklidňujícím účinkům právě na atopickou pokožku. Venkovní koupání není při ekzému zakázáno, jen je potřeba respektovat aktuální stav pokožky. V době vzplanutí nebo v případě mokvavého ekzému návštěvu rybníka nebo bazénů s chlorovanou vodou odložte.



OPALOVÁNÍ

Pokožka atopika je křehká a to zvláště u nejmenších dětí, proto je třeba ji v létě dostatečně chránit **kvalitní UV ochranou**. A to ideálně s použitím přírodních minerálních UV filtrů, které nepronikají pod povrch pokožky. Děti před slunečními paprsky také chraňte lehkým oblečením, pokrývkou hlavy, slunečníkem, brýlemi a v akutní fázi dbejte na to, aby se sluníčku vyhýbaly co nejvíce.





Nobilis Tilia

tradice aromaterapie v Čechách

Přírodní aromaterapeutickou kosmetiku s účinky éterických olejů vyrábíme ručně **již od roku 1994 v krajině Českého Švýcarska.**

Zakladatelé Nobilis Tilia jsou **ti nejlepší z oboru, profesionálové, kteří znalosti o aromaterapii do Čech přinesli**, propojili ji s vědeckými postupy a aktivně se podílejí na jejím uznání jako alternativní léčebné metody.

Mnohaletá praxe, odborné znalosti a neustálé zdokonalování receptur jsou ingrediencemi pro výrobu **přírodní kosmetiky té nejvyšší kvality a s nejširším portfoliem na trhu.**



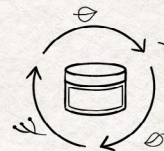
CELOSTNÍ
účinky
aromaterapie



CERTIFIKOVANÁ
přírodní a veganská
kosmetika



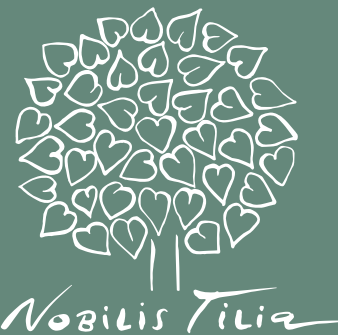
VÝVOJ I VÝROBA
v kraji Českého
Švýcarska



UDRŽITELNĚ
k přírodě
i člověku



TRADICE
30 let



NOBILIS TILIA s.r.o.

Vlčí Hora 147
407 46 Krásná Lípa

Zákaznický servis

(+420) 412 383 421
nobilis@nobilis.cz
Pondělí–pátek 8.00–17.00

Sledujte nás na sociálních sítích a na blog.nobilis.cz



nobilistiliac



nobilistiliac



Nobilis Tilia



Nobilis Tilia

www.eshop.nobilis.cz

Objevte výhodné nákupy také v naší mobilní
aplikaci



www.nobilis.cz