

DZIECKO Z ATOPOWYM ZAPALENIEM SKÓRY

Na atopowe zapalenie skóry (AZS) cierpi w Polsce ponad 3 mln osób. Istnieje zatem duże prawdopodobieństwo, że i w Państwa przedszkolu pojawi się maluch z tą przewlekłą chorobą. Poznanie jej objawów i podłoża jest pierwszym krokiem do zrozumienia trudności, z jakimi codziennie zmagają się chore przedszkolaki. Co zatem trzeba wiedzieć o AZS, by móc go wspierać?

JUSTYNA MROCZEK-ŻAL

Objawy AZS

Codziennosc małego atopika znacznie różni się od codzienności jego rówieśników. Atopowe zapalenie skóry jest schorzeniem przewlekłym. Jednym z jego objawów jest nawrotowy świąd całego ciała albo jego części. Oznacza to, że w życiu chorego mogą być okresy, kiedy go nie czuje, ale



może zdarzyć się czas, gdy chory nie może się na niczym innym skupić, tylko na tym, że swędzi go całe ciało. Najbardziej widoczną konsekwencją nasilenia świądu jest fakt, że chore dziecko nieustannie się drapie. Co prawda świąd przeważnie występuje w godzinach nocnych, a wtedy maluch nie przebywa w przedszkolu, ale istnieje szereg czynników, które wzmacniają ten objaw także w ciągu dnia.

Wszystkie symptomy AZS z zasady zaostrzają się pod wpływem stresu, zarówno tego negatywnego (zdenerwowanie, przykre doznania), jak i pozytywnego (np. podniecenie związane z wycieczką, czekanie na przyjście Świętego Mikołaja). Żeby zrozumieć chore dziecko, musimy zdać sobie sprawę, że jego zachowanie (np. nadpobudliwość) może nie wynikać z nieposłuszeństwa czy niegrzeczności. Z powodu swojej niedojrzałości emocjonalnej maluch po prostu nie jest w stanie „wymyślić” innych sposobów na radzenie sobie ze świądem niż np. nadmierny ruch. Łatwo sobie wyobrazić, co czuje dziecko z AZS, jeżeli przypomnimy sobie swędzenie po ukąszeniu komara – u atopików takie uczucie dotyczy całego ciała. Świąd bowiem jest efektem podrażnienia skóry przez proces zapalny i w konsekwencji wiąże się z silnym podrażnieniem układu nerwowego.

Drugim objawem atopowego zapalenia skóry jest przewlekły stan zapalny skóry, jej szorstkość, łuszczące się zmiany na całym ciele albo tylko w niektórych miejscach. Skóra jest czerwona, ciepła, rozpułchniona, pokryta na niewielkich lub dużych obszarach charakterystyczną wysypką. Podstawowym problemem dla dziecka z AZS jest fakt, że taka skóra boli, ponieważ ogniska zapalne nierzadko są atakowane przez bakterie czy grzyby i dochodzi do tzw. nadkażeń. Skóra pęka, nie chce się goić. Dziecko często ma na ciele otwarte, sączące się rany, ukryte pod opatrunkami. Tak wygląda obraz atopowego zapalenia skóry w trakcie zaostrzenia, ale mniej intensywne zmiany są dla malucha równie uciążliwe. By zrozumieć, co czuje przedszkolak z AZS, wystarczy uświadomić sobie, jak bardzo denerwujące potrafi być przecięcie się kartką papieru, a następnie wyobrazić sobie, że takich małych ranek na ciele mamy kilkadziesiąt.

Atopowe zapalenie skóry ma przeważnie podłoże alergiczne, dlatego trzeba pamiętać, że procesy alergiczne nie dotyczą jedynie skóry, ale całego organizmu. Mały atopik może mieć zatem także inne objawy towarzyszące chorobie, m.in.: katar (alergiczny nieżyt nosa), kaszel, bóle brzucha, biegunki, ale również duszności (astma może być

chorobą współistniejącą), zapalenia uszu, zatok, gardła i krtani, brak apetytu, brak przyrostu masy ciała, lęk, depresję. Takie dziecko jest bardzo wrażliwe, a nie nadmiernie rozpieszczane przez rodziców. Maluchy z AZS często są wycofane w większej grupie, trudno nawiązują kontakty, ponieważ alergia sprawia, że proces zapalny toczy się nie tylko w skórze, ale poprzez różnego rodzaju zaburzenia psychoemocjonalne dotyka też układu nerwowego.

Opieka nad dzieckiem z AZS w przedszkolu

Czy atopik ma specjalne potrzeby, o które musi zadbać wychowawca? To pytanie pojawia się na pewno, kiedy do grupy przedszkolnej trafia przewlekłe chore dziecko. Należy mocno podkreślić, że wszystkie ważne informacje o maluchu pracownicy przedszkola powinni otrzymać od jego rodziców. Z przepisów oświatowych wynika, że rodzic przekazuje dyrektorowi przedszkola uznane przez niego za istotne dane o stanie zdrowia, stosowanej diecie i rozwoju psychofizycznym dziecka w celu zapewnienia mu podczas pobytu w placówce odpowiedniej opieki, odżywiania i metod opiekuńczo-wychowawczych. Jest to szczególnie ważne, jeżeli atopik jest dodatkowo alergikiem (wtedy niezbędna jest informacja o alergenach wziewnych i pokarmowych), a także astmatykiem (o problemach dzieci z astmą i alergią pisaliśmy w „Przedszkolu” nr 9/2016 i 1/2017).

Opieka nad dzieckiem z atopowym zapaleniem skóry w przedszkolu obejmuje: dbanie o jego skórę i odpowiedni ubiór oraz wsparcie w razie problemów psychoemocjonalnych. Każdy z tych aspektów jest ważny i przyczynia się do poprawy funkcjonowania malucha w grupie oraz zmniejszenia stresu powodującego zaostrzenie zmian na skórze. Trzeba jasno podkreślić, że rodzice atopików zdają sobie sprawę, że dodatkowe czynności związane z opieką nad chorym dzieckiem mogą być uznane przez personel przedszkola za wykraczające poza zakres jego obowiązków. Nierzadko prośby rodziców dotyczące specjalnego traktowania ich pociech są interpretowane jako nadgorliwość albo postawa roszczeniowa w stosunku do pracowników. Tymczasem rodzice nie oczekują wyręczania w rodzicielskich obowiązkach. Jeśli pracownicy przedszkola zadbają o to, by w przypadku dziecka z atopowym zapaleniem skóry przestrzegać pewnych zasad pielęgnacji także w trakcie jego pobytu w placówce, rodzice odbiorą dziecko równie zdrowe, jak było ono rano, kiedy zostało przyprowadzone na zajęcia, i nie dojdzie do pogorszenia jego stanu. Potrzebne jest zatem zrozumienie i wiedza na ten temat, by proste zabiegi pielęgnacyjne, o które zostaną poproszeni wychowawcy, nie były traktowane jako coś „nadprogramowego”.

Dbanie o skórę atopika w przedszkolu polega przede wszystkim na tym, by po umyciu rąk przez dziecko posmarować mu dłonie kremem dostarczonym przez rodziców. Zaniedbanie takiej pielęgnacji może doprowadzić do nasilenia zmian na skórze. Niezbędne jest także smarowanie odkrytych części ciała (twarz, płatki uszu, szyja)

przed każdym wyjściem z budynku. Starszakowi można zaproponować wykonanie tych czynności samodzielnie, pod kontrolą wychowawcy. Ważne, by nie wyręczać przedszkolaka, kiedy jest on w stanie zrobić coś sam. Należy zachęcać go do samodzielnego smarowania, nawet jeżeli rodzice ciągle jeszcze robią to za niego. Poczucie mocy sprawczej i samodzielności przyczynia się do zwiększenia poczucia własnej wartości u dziecka. Może to czasem prowadzić do sytuacji, że będzie ono inaczej funkcjonowało w domu (rodzice nakładają krem), a inaczej w przedszkolu (nakładanie kremu samodzielnie, pod kontrolą opiekuna). Nauczyciel przedszkola powinien zrezygnować ze wspomnianych prób tylko w razie wyraźnego protestu malucha lub rodziców.

Z przepisów oświatowych wynika, że rodzic przekazuje dyrektorowi przedszkola uznane przez niego za istotne dane o stanie zdrowia, stosowanej diecie i rozwoju psychofizycznym dziecka w celu zapewnienia mu podczas pobytu w placówce odpowiedniej opieki, odżywiania i metod opiekuńczo-wychowawczych.

Kolejną kwestią wymagającą nadzoru wychowawcy jest ubiór małego atopika, szczególnie w okresie wiosenno-letnim, kiedy jest ciepło. Bezwzględnie w czasie pobytu na dworze przedszkolak musi nosić czapkę z daszkiem, osłaniającą od promieni słonecznych, a także koszulkę z długim rękawem. W godz. od 12.00 do 15.00 w ogóle nie powinien przebywać na słońcu, zatem nauczyciel musi tak organizować zabawy na świeżym powietrzu, by w tych godzinach nie wychodzić z budynku. Należy podkreślić, że nie ma nic gorszego niż wykluczanie małego atopika ze wspólnych wyjść wraz z grupą przedszkolną tylko ze względu na jego chorobę.

Trzeba też pamiętać o tym, że ponieważ niektóre substancje (w szczególności alergeny) pogarszają stan skóry chorego dziecka, nie jest wskazane sprząatanie przy maluchu i wychodzenie z nim na dwór w okresie pylenia roślin, na które jest uczulony. Jedno i drugie może nie tylko doprowadzić do pojawienia się objawów alergicznych, ale także wywołać nasilenie stanu zapalnego skóry.

Chore dzieci często mają na rękach czy nogach specjalistyczne bandaże lub innego rodzaju opatrunki w celu ochrony skóry przed utratą wody, co mogłoby doprowadzić do znacznego zaostrzenia objawów choroby. Niezwykle ważne jest przypilnowanie, by nie ściągały tych bandażi

w ciągu dnia, o czym oczywiście rodzice powinni poinformować przede wszystkim wychowawcę. Dzieci noszą też często specjalistyczne rękawiczki i nie powinny ich zdejmować w trakcie zabawy. Jest to na pewno znaczne utrudnienie, bo przeszkadzają one w aktywności, ale skóra dłoni jest szczególnie narażona na zaostrzenie stanu zapalnego, dlatego nauczyciel musi pilnować, by rękawiczki pozostały na dłoniach dziecka.

Jednym z zachowań przedszkolaka z AZS, z którym wychowawcy będą się nieustannie stykać, jest drapanie się. Wynika to nie tylko z uporczywego świądu, który jest objawem choroby, ale może być zachowaniem kompulsywnym w momencie, kiedy dziecko się czymś denerwuje lub jest podekscytowane. Absolutnie nie wolno pozwolić mu się drapać, nie należy jednak zabraniać mu tego przy kolegach. Doprowadzi to bowiem szybko do sytuacji, że pozostałe przedszkolaki również zaczną mu zwracać uwagę i dziecko poczuje się osaczone. Zdecydowanie lepiej jest porozmawiać z nim na osobności. Warto uświadomić sobie, że takie maluchy są przeważnie dojrzałe emocjonalnie ponad swój wiek właśnie dlatego, że często od wczesnego dzieciństwa muszą sobie radzić z chorobą. Dobrze jest ustalić z dzieckiem „kod współpracy”, np. kiedy wychowawca podejrze i dotknie drapiącą rękę, to znaczy, że przedszkolak ma przestać się drapać (chorzy na AZS często nie zauważają, że się drapią). Początkowo może się wydawać, że metoda ta nie jest skuteczna u małego atopika, będącego często dzieckiem niespokojnym i nadpobudliwym. Jednak przy odrobinie cierpliwości wychowawcy powodzenie jest gwarantowane, a wdzięczność dziecka (nawet ta niewypowiedziana) ogromna.

Zapamiętaj!

Jeżeli masz w grupie przedszkolnej dziecko z AZS, to musisz:

- ▶ przede wszystkim dopilnować, by się nie drapało,
- ▶ zwracać uwagę na to, by smarowało specjalistycznym kremem ręce po ich umyciu i odkryte części ciała przed wyjściem na dwór,
- ▶ w słoneczne dni upewnić się, że nosi czapeczkę z daszkiem i koszulkę z długim rękawkiem,
- ▶ w słoneczne dni unikać organizowania pobytu na dworze dla całej grupy w godzinach od 12.00 do 15.00,
- ▶ unikać sprzątanía przy małym atopiku,
- ▶ nie wychodzić z nim na dwór w okresie pylenia roślin,
- ▶ pilnować, by nie ściągało specjalistycznych bandaży, opatrunków ani rękawiczek,
- ▶ zadbać o to, by pozostałe dzieci w grupie i ich rodzice byli dobrze poinformowani, na czym polega atopowe zapalenie skóry.

Atopik i reszta świata

Ostatnim aspektem, na który należy zwrócić uwagę, jest uświadomienie i edukacja grupy przedszkolnej dotycząca „inności” kolegi z AZS. Atopowe zapalenie skóry jest chorobą, której przebieg zazwyczaj jest widoczny. Z tej własności przyczyny budzi niezdrowe zainteresowanie i może prowadzić do ostracyzmu w grupie. Atopicy bardzo często są przezywani, oskarżani o przenoszenie zaraźliwych chorób skóry. Zdarzyło się nawet, że rodzice grupy przedszkolaków złożyli oficjalne podanie do dyrektora nie tylko o wykluczenie dziecka z AZS z grupy, ale nawet o usunięcie z przedszkola. Dopiero spotkanie informacyjne z lekarzem prowadzącym leczenie malucha doprowadziło do zażegnania konfliktu i dzięki wspólnym działaniom edukacyjnym, które podjęli pracownicy przedszkola i rodzice chorego dziecka, mały atopik mógł zostać w przedszkolu, a ponadto jego sytuacja zdrowotna stała się na tyle znana, że znacznie poprawiło się jego funkcjonowanie w grupie.

Z drugiej strony trudno czasem dziwić się dzieciom, skoro pewne stereotypy zachowań wynoszą z domu rodzinne. Dzieci nie są złe, ale często boją się nowych lub nieznanych rzeczy, a wysypka na buzi i rękach kolegi z grupy może budzić uzasadniony niepokój, lęk, a nawet wstręt. Z tego właśnie powodu ważna jest edukacja maluchów w grupie przedszkolnej – można zorganizować pogadankę na temat AZS, opowiedzieć o tym, że są różne choroby, które nie są zaraźliwe (niezwykle ważny aspekt w przypadku atopika), a także uświadomić dzieciom, że ludzie chorują na różne choroby i że dla każdego jest miejsce we wspólnej przestrzeni przedszkola. Warto podkreślić, że każdy człowiek, także chory, ma w sobie pozytywne cechy, talenty i na nich trzeba się skupić. Kiedy bowiem poznamy kogoś bliżej i poczujemy się dobrze w jego towarzystwie, nie będzie już miało znaczenia, że ma on wysypkę na twarzy, bo przestaniemy zwracać na to uwagę. Taką pogadankę możemy uzupełnić wspólnym kolorowaniem obrazków z bezpłatnej kolorowanki o Króliczku Evolinku, którą można pobrać ze strony internetowej Fundacji „Zawsze o Krok przed Astmą” (www.zawszeokrokprzedastma.org).

Wspólne działania wychowawców przedszkolnych, wyposażonych w odpowiednią wiedzę o dzieciach przewlekle chorych, przy niewielkim nakładzie sił i energii stanowią nieocenioną pomoc dla małych atopików. Wszystko, co zrobimy, by wesprzeć chore dziecko w placówce edukacyjnej, jest ważnym krokiem w codziennych staraniach o uśmiech przedszkolaka z AZS.



Justyna Mroczek-Żal

Prawnik, prezes Fundacji „Zawsze o Krok przed Astmą”, upowszechnia informacje fachowe dotyczące astmatyków, by wiedza ta dotarła do wszystkich potrzebujących. Od 2012 r. prowadzi akcję edukacyjną „Marszem z kijami po Oddech” promującą sport jako sposób zapobiegania rozwojowi alergii i astmy. Píše książkę o motywowaniu przewlekle chorych dzieci do uprawiania sportu