



Alergie a kosmetika

A. Pons-Guiraud, M.D.

Paříž



UCB INSTITUT PRO ALERGIÍ

spojme síly proti alergii



Existuje několik druhů nežádoucích reakcí na kosmetiku.

- Kůže nesnáší všechny druhy kosmetiky: pálí, je napjatá, bez viditelných příznaků, někdy mírně zarudlá. Nepříjemný pocit je prakticky trvalý: mluvíme o **citlivé reaktivní kůži**.
- Kůže je rudá, citlivá na dotek, na některých místech vráščitá s tendencí k olupování, ale nesvědí: mluvíme o **podrážděné kůži** v důsledku nevhodně zvoleného kosmetického výrobku, nevhodného pro typ pleti, na kterou byl aplikován.
- Kůže je rudá, na dotyk drsná, suchá nebo vlhká. Přetrvává velmi intenzivní svědění: zde jde nepochybně o **alergickou reakci** na kosmetický nebo jiný přípravek.

Co je „citlivá“ reaktivní kůže?

- 62% žen tvrdí, že má citlivou pleť reagující podrážděním na všechny kosmetické přípravky a dokonce i na vodu.
- 32% mužů si také stěžuje na kožní problémy.

Výskyt neustálého pocitu pálení, napětí a/nebo trnutí, bez přítomnosti svědění. Vzhled kůže je prakticky normální.

Postiženy jsou většinou ženy, které jsou úzkostlivé a přetížené, a které mají

suchou, jemnou a čistou pleť. Postižení muži mají hrubou a mastnou, ale zároveň citlivou kůži

Řada vnějších faktorů podporuje nebo zhoršuje vznik této patologie:

- používání mýdel a hygienických produktů, kosmetiky nebo opalovacích krémů, které nejsou vhodné pro daný typ pleti
- vliv prostředí: chlad, teplo, slunce, znečištění ovzduší, náhlé změny teploty
- životní styl: koření, afrodisiaka, alkohol, stres.
- používání chemických exfoliantů jako jsou peelingové krémy
- různé kosmetické zákroky: dermabraze, laser, plastická operace.

Ve skutečnosti je to spojení přechodných nebo trvalých faktorů, které spouštějí vznik kožní přecitlivělosti.



Péče o citlivou kůži

- Používejte co nejméně kosmetických výrobků.
- Vybírejte si neparfémované nebo velmi málo parfémované výrobky zvlášť určené pro citlivou pleť.
- Vyřadte mýdlo. Upřednostněte čistící pleťové vody nebo mléka a sprej s termální vodou. Jemně vysušte papírovým kapesníčkem (ne vatou).
- Zvolte zvlhčující krémy, které se lehce aplikují a roztírají, nebo chladivé pleťové krémy, můžete používat i mast s obsahem vosků, i když je tučnější. V případě, že pracujete v klimatizované místnosti, neváhejte a aplikujte tyto krémy i víckrát denně.
- Zvolte nedráždivé vlasové kosmetické výrobky (bez povrchově aktivních chemických látek).
- Vyhýbejte se čistícím maskám na obličej (hlavně v případě suché pleti).
- Pokud aplikace kosmetického výrobku vyvolává pocit pálení nebo napjaté kůže, okamžitě jej přestaňte používat.
- Chraňte svou pokožku před náhlou změnou teploty, slunečním zářením, větrem a přímým vlivem tepla (otevřený oheň, radiátory).
- Spotřebu alkoholu snižte na minimum. Sledujte zvýšení dráždivosti kůže po konzumaci kávy nebo různých druhů koření.

Jak vznikne alergie na kosmetické výrobky?

Přecitlivělost nastává při opakovaném používání výrobku na kůži. Může vzniknout různým způsobem:

- obvykle **přímým kontaktem** (např.: ekzém očních víček po nanesení maskary)
- **reakcí na výrobek nanesený v určité vzdálenosti** (např.: ekzém očních víček na základě použití kosmetického výrobku na jiném místě na obličeji než na očích),
- po **dotyku rukou**: výrobek určen k používání na jiné části těla a nechtěně aplikován na obličej nebo na krk (např.: lak na nehty způsobí ekzém na krku),
- **kontaktem se vzduchem**: alergen je přenášen vzduchem a dostane se do kontaktu s kůží (např. stříknutí kapek parfému do obličeje jinou osobou, rozprašování WC deodorantů),
- **kontakt s jinou osobou**: reakce na výrobek nošený jinou osobou (např.: ekzém na hrudníku může být způsobený partnerčinou barvou na vlasy),
- **při vystavení se slunečnímu záření**: v přítomnosti slunečního záření se molekuly, které jsou běžně dobře tolerovány, stávají „fotoalergeny“. Vyrážka vyvolaná výrobkem se vyskytuje jen v oblasti vystavené slunci (např.: ekzém na obličeji a ve výstřihu způsobený krémem na opalování).

Alergická dermatitida vyvolaná kosmetikou se může projevit různými formami:

Svědění: svědění v místě a v okolí aplikace kosmetického výrobku: první příznak alergie.

Erytém: nejčastější reakce. Je to zarudnutí různého rozsahu, beze změny povrchu nebo tloušťky kůže, které mizí pod tlakem prstů.

Ekzematid: obvykle nazývané „lupy“: jsou to malá růžová ložiska pokrytá značným množstvím jemných šupinek umístěných v limitovaných oblastech těla nebo jsou roztroušena po celém těle. Všeobecně nejsou příliš svědivá a nejsou projevem přecitlivělosti na kosmetický výrobek.

Ekzém: neexistuje jenom jeden typ ekzému, existuje mnoho forem ekzémů. Mezi akutním a chronickým ekzémem existují četné přechodné formy, které se někdy těžko diagnostikují.

- **akutní ekzém:** může se vyskytnout po aplikaci kosmetického výrobku obsahujícího molekulu zvanou „alergen“, která spustí imunologickou reakci odmítnutí. Po třetím nebo čtvrtém nanesení výrobku se může objevit svědění, po němž následuje zarudnutí kůže, edém, puchýře a mokvání. Pokud se aplikování škodlivého produktu přeruší, na kůži se vytvoří strup, který se samovolně

odloupne a zanechá novou, růžovou, jemnou ale zdravou kůži. V případě pokračující aplikace alergizujícího výrobku ekzém nabývá stále akutnější podobu, stále více mokvá, roste a šíří se i mimo místo aplikace. Diagnostika původu ekzému se stává komplikovanější.

- **chronický ekzém:** na rozdíl od akutního ekzému nikdy nemokvá, povrch kůže je suchý, zhrublý a popraskaný. Jako všechny druhy ekzémů je velmi svědivý; škrábání postižených částí kůže má za následek zhrubnutí označované jako „lichenifikace“.



Kopřivka: můžeme ji přirovnat ke kožním projevům, které vznikají po kontaktu s kopřivou. Jsou to rudá, edematózně vyčnívající ložiska různé velikosti, nejčastěji v místě aplikace kosmetického přípravku. Projevy jsou lokalizovány obvykle v místě aplikace kosmetického výrobku, málokdy jsou rozšířeny po celém těle. Kopřivku provází intenzivní svědění. Může zmizet spontánně v průběhu několika hodin, v případě pokračující aplikace se může dále rozšiřovat. Kopřivka je kosmetickými výrobky vyvolaná v mnohem menším rozsahu než ostatní typy alergických reakcí.

Pigmentace: je charakterizovaná změnou barvy kůže, která ztmavne. Stejně tak se může vyskytnout i pigmentace nehtů způsobená aplikací různých kosmetických výrobků.

Ve skutečnosti je nutno v případě, kdy se objeví svědění, vždy uvažovat o možnosti vznikající alergie. V některých případech jsou klinické symptomy specifické, obzvláště v případech poškození kůže očních víček, kůže na hlavě, rtů a rukou. Bez ohledu na lokalizaci, diferenční diagnóza podráždění nebo alergie bývá komplikovaná, protože současně se mohou vyskytovat oba dva typy reakcí.



**PODRÁŽDĚNÍ KŮŽE
a ALERGIE se často omylem
zaměňují. Je důležité je
rozpoznat, protože léčba
těchto kožních reakcí
a jejich prognóza jsou
zcela rozdílné.**

Iritační dermatitida, alergická dermatitida: Jak se liší?

Doba vzniku:

Místo výskytu vyrážky:

Predispozice:

Klinické symptomy:

Rozsah výskytu vyrážky:

Klinický průběh:

Příčina:

Výrobky a molekuly, které
vyvolávají danou reakci:

Nejčastěji postižené
oblasti:





Iritační dermatitida:

Okamžitě nebo po několika aplikacích

Omezeno na oblast kontaktu s výrobkem

Může se vyskytnout u kohokoli

Trnutí, napjatost, zarudnutí, trhliny, puchýřky;
svědění minimální nebo žádné

Variabilní, podle koncentrace, doby působení
a množství aplikovaného výrobku

Obvykle rychlé a snadné vyléčení

Nesprávný výběr výrobku, nevhodný pro typ pleti

Mýdla, šampóny, deodoranty, pěny na holení,
voňavky, kolínská voda a výrobky, které jsou příliš tučné,
výrobky proti stárnutí kůže s AHA, a/nebo
s kyselinou vitamínu A

Oční víčka+++ , ruce (hřbet ruky nebo dlaň) ++,
podpaždí ++, genitálie +, krk +, rty +

Alergická dermatitida:

Po opakovaných kontaktech výrobku s kůží nebo
když se výrobek po určité době začal znovu používat

Alergie se často rozšiřuje i mimo místo aplikace

Individuální přecitlivělost na výrobek

Zarudnutí, edém, puchýřky, trhlinky na kůži
a silné svědění

Reakce je možná i při malé a krátkodobé
aplikaci výrobku

- Pomalé zotavení
- Nutnost celkového vyšetření
- Častý návrat alergie při přetrvávajícím kontaktu
s alergenem

Reakce na molekulu, která se stala „alergenem“

Parfémy, kolínské vody a parfémované výrobky +++,
konzervační látky ++, mastové základy (lanolín),
barva na vlasy, odlakovače a jiné výrobky na nehty,
krémy na opalování atd.

Oční víčka +++, zbytek obličeje ++, krk ++, rty ++,
kůže na hlavě ++, ruce (hřbet)
a konečky prstů +

Léčba podrážděné kůže

Podráždění kůže podporuje vznik alergie, a proto by léčba měla být co nejefektivnější.

Je nutno:

- přerušit používání kosmetických výrobků, u nichž je podezření na přítomnost alergenu. Pokud jsou postižena oční víčka, aplikace všech kosmetických přípravků musí být přerušena,
- čistěte pokožku neutrálními pleťovými vodami nebo termální vodou,
- osušte pokožku jemně proklepáváním (ne vatou),
- aplikujte krémy obsahující látky vhodné pro druh podráždění: kondicionéry, výživné, léčivé nebo v případě potřeby ještě neutrálnější krémy - chladivé krémy nebo voskové masti,
- v případě expozice slunečnímu záření aplikujte krémy s obsahem minerálních filtrů,
- vyhýbejte se aplikaci krémů s obsahem kortizonu: takovéto krémy neléčí podráždění, oslabují kůži a přinášejí jen krátkodobou úlevu.

Takováto přechodná úleva má za následek opakované použití kortizonu, který na druhé straně způsobí „závislost“ a vznik tzv. „kortikosteroidní dermatitidy“: kůže je ztenčená, zanícená, protkaná velkým množstvím drobných cévek, enormně citlivá a stává se zdrojem vazomotorických reakcí.





Léčba alergické reakce

Většina takovýchto reakcí vyžaduje konzultaci u praktického lékaře nebo dermatologa

- **Vyrážka je typická pro alergii, ale alergen je neznámý:**
Pokud je problémem akutní ekzém, tak obvykle aplikace termální vody a krémů s obsahem hormonů po **omezenou dobu při postupném prodlužování intervalů** k vyléčení stačí. Ke zmírnění svědění se někdy přidávají antihistaminika.
V případě suchosti ložisek se doporučuje aplikovat tučné a neutrální látky. Důležitá je identifikace vyvolávajícího alergenu, protože při náhlém přerušení léčby se klinické symptomy mohou vrátit a výrazně zhoršit. Identifikace je obvykle možná epikutánními náplastovými testy.
- **Vyrážka souvisí se známým výrobkem a/nebo molekulou, jejíž přítomnost v aplikovaném produktu nebyla rozborem zjišťována (např. konzervační látky a parfémy):**
Složení výrobku, u něhož je podezření na přítomnost alergenu, je nutno zkontrolovat a zjistit případnou přítomnost dříve zjištěného alergenu. Důležité je soustavně se vyhýbat této molekule ve všech aplikovaných výrobcích. Poučení o výskytu alergenu usnadňuje volbu vhodného produktu.

V žádném případě není možná desenzibilizace vůči kontaktním alergenům obsaženým v kosmetických výrobcích. Jediný účinný způsob jak dosáhnout vyléčení je úplné a trvalé zamezení kontaktu s alergenem.

Je možné diagnózu alergie na kosmetický výrobek potvrdit?

- **Po eliminaci možných příčin kožních onemocnění vyskytujících se před vznikem vyrážky (ekzém, psoriáza, seboroická dermatitida atd.), identifikace formou „policejního výslechu“:**
 - typy používaných výrobků (péče o pleť, hygiena, vlasy, slunce),
 - způsob a frekvence používání,
 - časová posloupnost projevů a postup lézí,
 - přípravky používané při léčbě vyrážky,
 - kosmetické výrobky používané před výsevem a v jeho průběhu (AHA a kyselina vitamínu A),
 - jiné výrobky – používané v domácnosti, při práci nebo jako léčební prostředek danou osobou nebo osobami v jejím okolí, případně produkty, které se šíří vzduchem,
 - přípravky proti stárnutí kůže (dermabrazé) nebo chirurgické zákroky.
- **Používáním různých kožních testů:**
 - **náplastové epikutánní testy** jsou aplikovány na kůži zad a snímají se po 48 hodinách. Používá se standardní rutinní série kontaktních alergenů, která obsahuje látky nejčastěji používané v kosmetických výrobcích a také v parfémtech, antiseptických látkách a jiných látkách přinesených pacientem,
 - **otevřený test** slouží k rozpoznání okamžité reakce při podezření, že výrobek spouští projevy kopřivky,
 - **opakované otevřené aplikační testy:** malé množství kosmetického výrobku, u něhož je podezření na přítomnost alergenu, je aplikováno na předloktí 2 až 3krát denně až do vzniku reakce (maximálně 3 týdny),
 - **obvyklý test:** aplikace kosmetického výrobku, u něhož je podezření na přítomnost alergenu, za normálních podmínek.
- **Klinickým vyšetřením podle vzhledu lézí a dobou vzniku se pokusit odlišit podráždění kůže od alergie (viz tab. na straně 7).**



Doporučení pro všechny pacienty

Pro zabránění opakovaného podráždění kůže

- Snižte počet výrobků k zajištění hygieny, zvláště pak výrobků silně parfémovaných.
- Používejte čisticí prostředky bez mýdla nebo mýdla, které neovlivňují hydrolipidovou vrstvu kůže.
- Nepoužívejte koncentrované prostředky, nemíchejte výrobky (tekutá mýdla, šampóny). Ředte dle doporučení výrobcem.
- Používejte jen výrobky s jasně uvedeným složením (čisticí prostředky, kosmetické výrobky). Opláchněte teplou vodou a jemně osušte.
- Upřednostněte přírodní textilní vlákna (bavlna, len, hedvábí, vlna) před syntetickými, které zhoršují podráždění způsobené antiperspiračními prostředky a deodoranty.

Co je nutné udělat, abyste se vyhnuli podrážděné nebo alergické reakci kůže?

- Vyberte výrobky, které odpovídají typu pleti.
- Používejte výrobek správně a až po pečlivém prostudování příbalové informace. Tímto způsobem lze většinu iritačních (dráždivých) reakcí zabránit.

V případě alergie potvrzené epikutánními náplastovými testy:

- **Vyhňte se kontaktu**
 - s výrobkem, který vyvolává reakci
 - s látkou, která vyvolává reakci (není vždy možné)
 - jakémukoli způsobu kontaktu: přímý, nepřímý, vzdušnou cestou
- **Nahlížejte do seznamu výrobků, kterým je nutno se vyhnout.**

- **Vyhledejte názvy látek v seznamu přísad podle názvosloví INCI (Mezinárodní seznam kosmetických přísad)** - uvedeném na obalu, které odpovídají látkám s pozitivním výsledkem při testování na alergen.

V případě zjištěné alergie na některé látky nebo molekuly (vůně, peruánský balzám, parafenylenidiamin) u dospívajících pacientů s pozitivní anamnézou na alergické-atopické onemocnění (dýchací, kožní), je vhodné vyhnout se tzv. nebezpečným profesím (kadeřník, kosmetik, práce s parfémami atd.).

UCB INSTITUT PRO ALERGIÍ

Divize UCB S.A., UCB Institut pro alergii (IOA) je evropskou nezávislou neziskovou organizací, která vznikla v roce 1987 s cílem bojovat proti alergii.

Jako odpověď na epidemické šíření alergie si UCB Institut pro alergii klade za cíl soustředit pozornost veřejnosti, státních orgánů, pacientů i zdravotníků na alergii jako na závažný zdravotní problém.

Pod vedením vědeckého poradního sboru, tvořeného významnými evropskými odborníky - alergology inicioval UCB institut pro alergii řadu akcí s cílem informovat a poučit o alergii, zlepšit prevenci, podporovat výzkum, analyzovat současnou situaci a definovat klíčové aktivity pro další období. UCB institut pro alergii podporuje spolupráci mezi organizacemi, zabývajícími se alergií. UCB institut pro alergii působí po celé Evropě prostřednictvím 19 národních sekcí a také v Jihoafrické republice.

Webová stránka Institutu (<http://www.theucbinstituteofallergy.com>) a centrální členská knihovna nabízí členům aktuální důležité informace a publikace o alergii. Pro laickou veřejnost a školy připravil UCB Institut pro alergii videoprogramy (např. Alergie a sport, Volba povolání atd.), výchovné hry a další informační materiál. UCB Institut pro alergii organizuje vědecká setkání, sympozia a konference, panelové diskuse a poskytuje granty pro mladé vědce.

UCB Institut pro alergii chce přispět k tomu, aby se nenaplnila předpověď některých epidemiologů: „V průběhu 30 let se mohou stát alergiky všichni...”

Pokud hned nezakročíme!”

DERMATOLOGIE

UCB Institute of Allergy děkuje za aktivní spolupráci:

A. PONS-GUIRAUD, M.D.,
Paříž

UCB Institut pro alergii
Thámova 11-13
180 00 Praha 8

<http://www.theinstituteofallergy.com>
<http://www.alergie.cz>



UCB INSTITUT PRO ALERGIÍ

spojuje síly proti alergii