

Шнейдер К.В.  
Врач-дерматовенеролог СПб ГБУЗ КВД №7

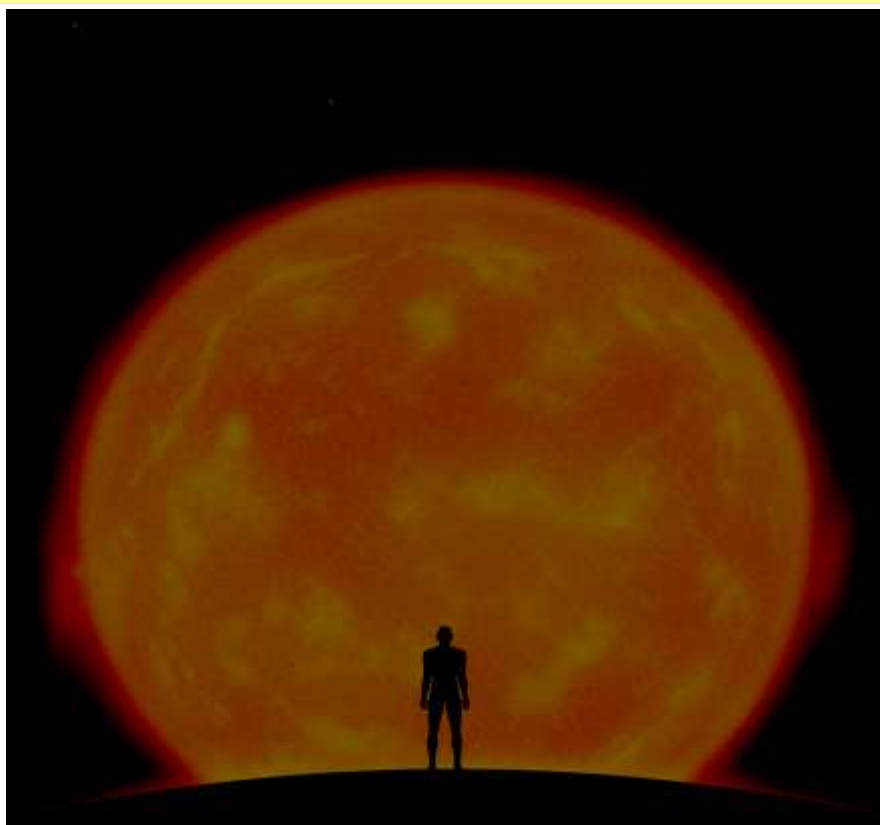
## «Аллергия на солнце» (ФОТОДЕРМАТИТ)

Аллергией на солнце часто называют реакцию кожи, возникающую после загара, сопровождающуюся сильным зудом и появлением кожных высыпаний.

Эта реакция действительно является аллергической, но аллергеном является не солнце, а определенные химические вещества, образующиеся под воздействием солнечного света.

Данное заболевание относится к фотодерматозам (от греческого photos - свет, derma - кожа) — большой и разнородной по проявлениям, тяжести и причинам возникновения (внешним и внутренним) группе заболеваний.

Отек и покраснение кожи, интенсивный, порой мучительный, зуд могут возникнуть в ближайшие часы после облучения или через несколько часов или даже



через несколько суток.

По статистике, чаще болеют женщины, и впервые заболевание возникает в возрасте 15-30 лет. Возникнув однажды, фотодерматит может повторяться ежегодно, обычно весной или в первые дни пребывания на солнце. Локализуется на открытых участках кожного покрова — лице, зоне декольте, тыле кистей, предплечьях, голенях.

Возможно развитие толерантности к облучению - через несколько дней при появлении пигментации (загара) высыпания перестают появляться, зуд стихает.

Выделяют несколько групп фотодерматозов, обусловленных различными типами нарушений обмена веществ. Однако чаще всего у таких пациентов имеются указания на заболевания печени и желчевыводящей системы, важен наследственный фактор.

**Профилактика** рецидивов заключается в комплексе мер, направленных на защиту кожи от повреждающего солнечного облучения.

Больным всеми формами фотодерматозов не следует использовать дезодоранты, некоторые косметические средства и лекарственные препараты, в т.ч. содержащие эстроген оральные контрацептивы. Исключить препараты железа или продукты, содержащие его в большом количестве, - кислые сорта яблок, яблочный и гранатовый соки и др. При всех формах фотодерматозов **употребление алкоголя** усиливает степень покраснения кожи, отека и зуда.

Легкая закрытая одежда является простым, но эффективным средством профилактики.

Следует использовать **средства защиты от солнца** с высокой степенью защиты SPF 40 – 50, желательно приобретенные в аптеке.

Учитывайте, что облака, оконные и автомобильные стекла не являются препятствием для ультрафиолета.

Существуют препараты, прием которых категорически исключает пребывание на солнце (например, антибиотик доксициклин), т.к. возможно развитие тяжелого острого фотодерматита. Данная реакция возникает и при обычной фоточувствительности кожи.

Больные, хорошо знающие свое заболевание обычно достаточно осведомлены о мерах профилактики возникновения рецидивов, средствах защиты от солнечного излучения, лекарственных препаратах, применяемых для профилактики обострений и лечения фотодерматита. Но, если у Вас возникли вопросы или Вы впервые столкнулись с подобной реакцией на солнце, следует обязательно проконсультироваться с врачом-дерматологом.



Солнце – источник тепла, света, энергии и хорошего настроения. Наслаждайтесь солнечными днями при любой возможности. Не стоит отказываться и от поездок к морю или в жаркие страны. Просто остерегайтесь прямых и отраженных солнечных лучей.

Защищайте свою кожу.