

## Ciemieniucha

Zmiany skórne pod postacią różnych guzków dziecka (ze względu na miejsce występowania popularnie nazywane – ciemieniucha) są obecnie powodem zmartwienia wielu młodych mam. Spowodowane jest to prawdopodobnie częstym przekonaniem, że jest to objaw alergii.



Ciemieniucha jest to rodzaj **łojotokowego zapalenia skóry**, którego przyczyna nie jest znana. Istnieje wrodzona skłonność osobnicza do jej występowania. Ciemieniucha w większym lub mniejszym stopniu dotyczy **wszystkich niemowląt**, a czasem pojawia się też w wieku późniejszym ale zawsze w okresie wczesnodziecięcym.

Prawdą jest, że bardziej nasilone zmiany pojawiają się u dzieci z atopowym zapaleniem skóry, ale nie jest to objaw alergii jako takiej. Z powodu występowania ciemieniuchy **nie powinno się wyc stosować żadnych diet eliminacyjnych**.

U większości dzieci z ciemieniuchą zmiany są tak niewielkie, że nie wymagają żadnego specjalnego postępowania. W przypadku nasilonych zmian (obfite żółte ogniska często na podstawie rumieniowej) trzeba **zastosować odpowiednią pielęgnację**. Najlepiej **natłuszczyć** obficie główkę dziecka np. linomagiem w pianie na pół godziny przed kąpielą (dobrze założyć na ten czas czapczkę) a następnie w czasie kąpieli porządnie **wymasować** rękawiczką *frotte*. Po wyschnięciu główki, w czasie **szczotkowania** włosków uski udaje się do niej łatwo usunąć. Oczywiście przy bardzo nasilonych zmianach takie zabiegi **trzeba powtarzać** regularnie.

Ciemieniucha choć często się zdarza (nasilenie zmian zwykle pojawia się w lecie) niczym nie grozi, i nie jest powodem do zmartwienia. Wymaga tylko **odpowiedniej pielęgnacji**, bowiem bardzo nasilone i zaniedbane zmiany mogą być przyczyną ostrych **stanów zapalnych** skóry.

Dr n. med. Anna Wójtowicz specjalista pediatra alergolog

---

**Zamieszczone teksty stanowią własność intelektualną autorów, tym samym nie mogą być wykorzystywane w całości lub w części bez zgody autorów.**