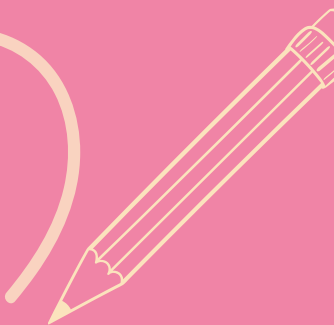




WORLD  
ATOPIC ECZEMA  
DAY

# Atopijski dermatitis



*Naša koža, naš život*



International Alliance of  
Dermatology Patient  
Organizations



#AtopicEczemaJourney  
14. septembar 2025.

## ŠTA JE ATOPIJSKI DERMATITIS?

Atopijski dermatitis (ekcem) je hronična upalna bolest kože koja uzrokuje suhoću, crvenilo i jak svrbež (pruritus). Može se pojaviti u djetinjstvu, ali i kod odraslih.

### Najčešći simptomi

- ✓ Suha i osjetljiva koža
- ✓ Svrbež (posebno noću)
- ✓ Crvenilo, osip ili ranice od češanja
- ✓ Zadebljana koža kod dugotrajne bolesti

### Uzročnici

- ✓ Hladnoća ili suhi zrak
- ✓ Prašina, grinje, alergeni
- ✓ Stres
- ✓ Neke namirnice ili deterdženti

## KAKO POMOĆI SEBI?

- ☐ Njega kože: redovno koristiti emolijense (kreme/losione za hidrataciju).
- ☐ Kupanje: kratko, mlakom vodom, bez agresivnih sapuna.
- ☐ Suplementacija: Omega 3, Omega 6, Vitamin D3
- ☐ Lijekovi: kod težih simptoma ljekar može propisati kortikosteroidne ili biološke lijekove.
- ☐ Stil života: izbjegavati stres, paziti na san i ishranu.

### Život sa atopijskim dermatitisom

- Niste sami! Mnogo ljudi širom svijeta živi s ovim stanjem.
- Pravilnom njegom i uz podršku, simptomi se mogu značajno ublažiti.
- Obratite se dermatologu i udruženju pacijenata za podršku.

