**Заразні захворювання шкіри та їх профілактика**

Умовою збереження здорової шкіри є дотримання чистоти. Необхідно періодично очищати шкіру з допомогою води і мила. Зазвичай це роблять один-два рази на день. Серед заходів догляду за шкірою особливе місце займають ванни на натуральних основах.

Перебування з оголеною шкірою на свіжому повітрі підвищує тонус нервової системи, поліпшує кровообіг шкіри і її секреторну функцію.

Для збереження здорової шкіри важливі систематичні заняття спортом, гімнастикою. Фізкультура підсилює процеси обміну речовин і покращує стан шкіри.

Причини шкірних захворювань

Хворобу шкіри завжди слід розглядати як загальне захворювання всього організму.

Причини шкірних хвороб можна розділити на зовнішні і внутрішні.

Зовнішні причини хвороб шкіри

**До числа зовнішніх причин захворювань шкіри належать наступні:**

Патогенні мікроби. Ряд шкірних захворювань має інфекційне походження. Патогенні мікроби попадають на шкіру безпосередньо із зовнішнього середовища. До інфекційних шкірних захворювань відносяться гнійничкові хвороби, туберкульоз, проказа, сибірська виразка, сап;

Рослинні паразити - патогенні грибки. При попаданні в шкіру патогенних грибків виникають трихофітія, парша і т.д.;

Тварини паразити. Ними можуть бути коростяний кліщ, личинка бичачого овода, воші, блохи, комарі;

Механічний вплив на шкіру - забиті місця, тиск - можуть викликати потертості, набряк, мозолі;

Температурний вплив на шкіру, викликають опіки різного ступеня;

Джерела променевої енергії (сонце, УФ-промені, промені Рентгена);

Хімічні речовини (кислоти, луги, солі, фарби та ін.)

**Внутрішні причини шкірних захворювань**

Внутрішніми причинами хвороб шкіри можуть бути:

Порушення обміну речовин. Прикладом є відкладання солей у шкірі при подагрі, холестерину при порушеннях ліпоїдного обміну;

Порушення функції залоз внутрішньої секреції, які викликають себорею, звичайні вугри, іноді діабет;

Захворювання внутрішніх органів. Шкірні захворювання нерідко розвиваються у осіб з глистними інвазіями, хворобами печінки, шлунку і т.д.;

Вживання деяких харчових продуктів, наприклад, шоколаду.

Алергічні стани, тобто підвищена чутливість шкіри до деяких речовин-алергенів. Наприклад, продукти (яйця, суниця) або хімічні речовини (фарби, смоли).

**Профілактика інфекційних захворювань шкіри**

– щодня приймати гарячий душ або ванну;
– ретельно доглядати за волоссям, нігтями;
– носити чистий та зручний одяг і відповідне взуття;
– періодично міняти постільну білизну;
– постільна білизна повинна бути з натурального волокна: бавовняна, вовняна, бамбукова, шовкова;
– правильно підбирати косметику;
– уникати контакту з хворими;
– не користуватися чужими речами особистого вжитку.

Якщо у вас або вашої дитини з'явився висип на шкірі, запишіться на прийом до дерматолога. Лікар допоможе визначити причину і призначить відповідне лікування.

Фельдшер - лаборант мікробіологічної лабораторії

 Рогатинського відділу Івано-Франківського

районного відділу

 ДУ «Івано-Франківський ОЦ КПХ МОЗ»

Галина Грещук