

# ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие . . . . . 7

**Глава 1.** Атопический дерматит. Что это такое? . . 11

1.1. Наследственность или приобретенное? . . . . . 33

1.2. АД — это аллергия? . . . . . 50

1.3. АД и нарушение работы кишечника.  
Дисбактериоз: миф или быль? . . . . . 126

1.4. АД в голове у мамы? . . . . . 136

**Глава 2.** Механизмы развития АД.

Как он появляется? . . . . . 143

2.1. Нарушение кожного барьера . . . . . 146

2.2. Изменения местного иммунитета кожных покровов 150

2.3. Контакт с аллергенами . . . . . 153

2.4. Бытовые раздражители и аллергены . . . . . 164

2.5. «Порочный» круг воспаления и зуда . . . . . 173

**Глава 3.** Проявления атопического дерматита . . 181

3.1. Атопический дерматит до 1-го года жизни. . . . . 185

3.2. Атопический дерматит у детей . . . . . 190

3.3. Атопический дерматит у взрослых . . . . . 193

**Глава 4.** Диагностика атопического дерматита. . 197

4.1 Как отличить от аллергии? . . . . . 201

4.2 Как найти аллерген? . . . . . 203

4.3. Какие нужны анализы? . . . . . 205

4.4. Какие анализы НЕ нужны? . . . . . 211

**Глава 5.** Лечение АД . . . . . 215

5.1. Методы терапии, направленные на восстановление  
нарушенной функции кожного барьера . . . . . 218

5.2. Уход за кожей . . . . . 228

5.3. Боязнь гормональных препаратов,  
мешающая лечению . . . . . 236

5.4. Как поддержать ремиссию? Проактивная терапия . . 237

5.5. Поможет ли лечение кишечника? . . . . . 239

5.6. Диета — враг или друг? . . . . . 244

5.7. Специфика лечения тяжелого АД и АД у взрослых . . .	246
5.8 Как облегчить зуд? . . . . .	249
5.9. А нужны ли антигистаминные? . . . . .	251
5.10. Кожная инфекция. Как спастись? . . . . .	253
5.11. Психолог облегчит течение атопического дерматита. Разве так бывает? . . . . .	257
5.12 Траволечение. Надо ли? . . . . .	265
<b>Глава 6. Профилактика АД. . . . .</b>	<b>269</b>
6.1. Гигиеническая теория. «Грязелечение» . . . . .	271
6.2. Привыкание к аллергенам . . . . .	275
6.3 Предотвратим ли АД? . . . . .	280
6.4. Гормоны предотвратят астму? . . . . .	281
<b>Глава 7. Прогноз. . . . .</b>	<b>285</b>
7.1. АД закончится? Сводка для родителей . . . . .	290
7.2. Марш атопии. Что за какофония? . . . . .	293
7.3. Как заподозрить бронхиальную астму? . . . . .	294
<b>Глава 8. Как жить с этим АДом? . . . . .</b>	<b>299</b>
8.1. Как не умереть с голоду на диете? . . . . .	301
8.2. Как найти врача? . . . . .	302
8.3 Когда идти к психологу? . . . . .	312
8.4. О чем не принято говорить? . . . . .	314
8.5. Мой ребенок не такой, как другие. Принять и простить? . . . . .	315
8.6. Атопический дерматит зимой . . . . .	317
8.7. Атопический дерматит на море . . . . .	319
<b>Заключение. . . . .</b>	<b>322</b>
<b>Истории болезни и лечения от первого лица . . . . .</b>	<b>325</b>
<b>Список литературы . . . . .</b>	<b>362</b>