

Что такое солнечная аллергия?

С наступлением летнего периода все из нас рады солнцу как никогда, и все стремятся чаще бывать на свежем воздухе и наслаждаться солнечными лучами. Однако нам известно, что солнце дарит не только красивый ровный загар, но и способствует раннему старению кожи, появлению раковых образований, а при определенных условиях может вызвать аллергию.

Солнечная аллергия (либо фотодерматит) – это непривычная реакция нашей кожи на солнечные лучи. Аллергия на солнце проявляется покраснением кожи лица, реже рук, ног и живота, появлением волдырей, шелушения кожи, сильного зуда, отеком.

Чаще всего солнечная аллергия появляется именно тогда, когда мы резко меняем климат (к примеру, едем на отдых в жаркую страну с нетипичным для нас климатом). Фотодерматитом страдают чаще всего люди с очень светлой кожей, а также дети, у которых еще нет крепкого иммунитета.

Считается, что солнце само по себе не способно вызвать у человека аллергию. Появлению аллергической реакции способствуют различные крема, лосьоны, дезодоранты, парфюмерия, которую мы наносим перед выходом на солнце. Именно некоторые вещества (всевозможные масла, в особенности, масло бергамота и цитрусовых, фенол, эозин), содержащиеся в этой продукции, вступают в реакцию с УФ-лучами и тем самым провоцируют появление фотодерматита. По этой причине не стоит наносить косметику и парфюмерию перед принятием солнечных ванн. Перед выходом на пляж воспользуйтесь лишь солнцезащитным кремом. Однако и при выборе того или иного солнцезащитного крема рекомендуется обсудить его состав с дерматологом.

Аллергия на солнце может быть вызвана также авитаминозом, наличием заболеваний печени, почек, надпочечников, эндокринной системы. Провоцирует фотодерматит и прием некоторых лекарственных препаратов, таких как антибиотики, цитостатики, оральные контрацептивы, антигистаминные препараты, противовоспалительные препараты.

Как лечить солнечную аллергию?

Самое первое, что следует сделать – это не принимать несколько последующих дней солнечные ванны до тех пор, пока не пройдет аллергическая реакция. На улицу рекомендуется надевать закрытую одежду (брюки, легкие кофточки с длинными рукавами).

Можно делать в первые сутки влажные обтирания и обязательно пить больше жидкости.

Если у вас появились волдыри, можно применить мази, которые содержат цинк, метилурацил. Вместо мазей неплохо нанести на пораженные участки сок алоэ либо сделать компресс из ромашки – если у вас нет аллергии на эти растения.

Можно также порекомендовать применять при фотодерматите препараты, способствующие нормализации обмена веществ и регенерации кожи. К таким препаратам относят антиоксиданты, витамины С и Е, а также витамины группы В.

Автор - **Юрий Дерябин**

[Источник](#)