

## Ознобыши



Ознобыши — ознобление кожи, развивающееся у особо предрасположенных лиц под влиянием длительного воздействия низкой температуры в осенне-зимний период, причём не обязательно температуры ниже 0° С, а часто плюсовой в сочетании с повышенной влажностью окружающей среды. Они обычно возникают не морозной зимой, а сырой и дождливой осенью, либо ранней весной. Болеют

преимущественно девочки 14-15, девушки и молодые женщины. Заболевание также отмечается у лиц, вынужденных по роду профессии длительное время пребывать на холоде или в плохо отапливаемых помещениях. Встречается заболевание среди детей и пожилых людей.

Возникновению ознобышей способствуют гиповитаминоз, малокровие, алкоголизм, туберкулёзная интоксикация, гипотрофия или, наоборот, тучность и др.

### Проявления на коже ознобышей

Страдают преимущественно открытые части тела. На поражённых местах, чаще всего на пальцах рук, кончике носа, щеках, ушных раковинах, пятках, а в ряде случаев в области бедер, появляются ограниченные красные, или розовато-синюшные, или синюшно-багровые отёчные припухания, плотноватые на ощупь.

Участки припухания при ознобышах после согревания вызывают интенсивный зуд, позже — жжение и боль. Когда больной ложится в постель и тепло укрывается, зуд может становиться особенно сильным.

Если очаги озноблений подвергаются давлению или трению (обувь), то на местах поражения кожи легко образуются пузыри, которые могут лопаться, а под ними обнаружатся поверхностные, или даже глубокие дефекты кожи, покрытые корками. Образовавшиеся язвы долгое время не заживают; присоединившаяся микробная инфекция усиливает воспалительные явления, возникают воспаления лимфатических сосудов и лимфатических узлов.

Течение ознобышей длительное — даже если все симптомы проходят при наступлении тёплого времени года, то они зачастую возобновляются вновь,

при наступлении осенних или зимних холодов. Такие возвраты болезни могут повторяться в течение ряда лет.



По-видимому, необходима особая чувствительность кожи к холоду, чтобы на отдельных участках, под влиянием не столь уже сильного холода появлялись ознобыши.

У лиц, страдающих озноблениями, руки и ноги обычно холодные, влажные, синюшной окраски.

Это обусловлено, очевидно, плохим кровоснабжением кожи на отдельных участках тела: пальцы, уши и т. п. Синюшно-красная кожа рук и носа (акроцианоз) часто встречается у лиц, страдающих

ознобышами, и свидетельствует о наличии у данного лица проблем с кровообращением.

Для постановки диагноза и назначения лечения необходима консультация врача дерматолога. Есть ряд заболеваний, которые по внешним проявлениям сходны с ознобышами, например красная волчанка.

Лечение эффективно при устранении способствующих факторов – малокровия, алкоголизма, туберкулеза и др. Необходимо достаточное и качественно полноценное питание, ношение в холодное время года теплых, не тесных вещей (особенно на руки и ноги). Открытые участки кожи перед выходом на холод рекомендуется смазывать жирными кремами. Детям перед прогулкой смазывать личико детским кремом без содержания воды. Профилактикой обострений ознобышей служат закаливание, занятия физкультурой и спортом.

Медикаментозное лечение, как прием лекарственных препаратов внутрь, так и наружное мазевое, назначит врач дерматолог.

*Статью подготовила врач по медицинской профилактике Макарова Л.Е.*