

# Krónikus vesebetegek bőrviszketése 'urémiás pruritusz'

Zakar Gábor dr.  
MANET - TNOB

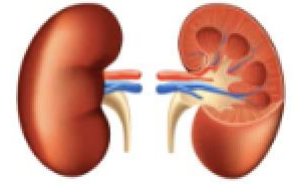
2023

# Mi az a viszketés ?

- A viszketés, latin szóval pruritusz, „a bőr fájdalma”,
- természetes jelzés, a fájdalomérzés sajátos formája.
- Inger hatására („csípések”, érintés, kémiai anyagok )
- a bőrben közvetítő anyagok szabadulnak fel, melyek
- a bőrben szabadon levő idegrostokat ingerlik,
- ezek adják a jelzést a fájdalomérző központnak,
- amely kiadja az utasítást : hárítsd el, „vakard meg” .
- Az ép bőrt a faggyúmirigyek tartják puhán, a verejtékmirigyek pedig nedvesítik.
- A száraz (kiszáradt) bőr fokozottan ingerelhető, viszketésre általában is hajlamos.



# Mi az ,urémiás pruritusz' ?



- Látszólag ok nélküli,
- **kízó, nem csillapodó viszketés** egy testtájon,
- vagy akár a test minden részén (hát, mellkas, végtagok, arc)
- A dializált **krónikus vesebetegek gyakori panasza-tünete**,
- de előfordulhat a dialízis előtti (predialízis) időszakban is.
- A bőrön kezdetben nincs látható elváltozás, majd **a vakarások nyomán**
- **hámsérülések keletkeznek**, a bőr gyulladttá válik, s emiatt
- még kízóbbá válik a bőrviszketés. „Ördögi kör” alakulhat ki.



# Mi okozza a pruritust ?

- Pontos okát a mai napig nem sikerült tisztázni,
- **többtényezős**, összetett eredetű állapot.

## Mai tudásunk szerint

- fő okai a veseműködés kritikus csökkenése (eGFR 15 alatt)
- miatt **felhalmozódó méreganyagok** (urémia-toxinok),
- amelyek a bőrben a **verejték- és faggyúmirigyek pusztulását,**
- **a bőr kiszáradását**
- és a fájdalomérző **idegrostok kóros ingerületét** okozzák.
- Szerepel benne az **urémiás idegbántalom** („középmolekulák” hatása)
- és a kalcium-foszfor anyagcsere zavara, a **magas se-P szint** is



**Mit tehetek ellene,  
mi csillapíthatja ?**



**Számos „önsegítő” módszer  
van, ezekről lesz szó.**

# 1. Szellőztesse, hűtse bőrét

- Viseljen könnyű, természetes anyagból készült,
- nem tapadó, „lengé” ruházatot.
- Használjon ventilátort alacsony fordulaton



# 2. Ne engedje bőrét kiszáradni

- Használjon szobájában párasítót.
- Csak langyos vízzel zuhanyozzon,
- Kádban lehetőleg ne, vagy csak rövid ideig fürödjön  
( max. 10 perc )



### 3. Ne használjon bőrt izgató anyagokat

- Ne viseljen gyapjúból készült, vagy műszálas ruházatot.
- Használjon kímélő, illatosító-mentes szappant,
- vagy tusfürdőt ( „bébi tisztálkodó szerek” ).
- Ne használjon illatosított dezodorokat.
- Vágja rövidre és tartsa tisztán körmeit.  
( „vakarási fertőzés” forrása lehet )



### 4. Nedvesítse bőrét

- Zuhanyozáshoz használjon hidratáló tusfürdőt és utána hidratáló testápolót
- Viszkető területeit kenje naponta 4-6 alkalommal hidratáló bőrápolóval

# Néhány, bőrápoláshoz ajánlható készítmény



Testápoló tej  
400 ml, 1699.- Ft



Testápoló krém  
250 ml, 1790.- Ft



Arc- és testápoló krém  
200 ml, 1110.- Ft



Krémtusfürdő  
400 ml, 1399.- Ft



Hidratáló testápoló  
400 ml, 2399.- Ft



Mélyen hidratáló tusfürdő  
300 ml, 899.- Ft



## 5. Normalizálja se-P szintjét

- Napi foszforbevitelle ne haladja meg a megengedett mértéket (vizelet nélküli állapotban max. napi 800 mg)
- Szedje rendszeresen és előírás szerint foszfátkötő gyógyszereit (Calcicarb, Calcetat, Renvela, Fosrenol stb.)
- Se-P szintje legyen 1.78 mmol/L alatt

## 6. Legyen hatásosan dializálva

- Járjon rendszeresen dialízisre, ne hagyjon ki kezeléseket !
- A vizketésért részben felelős foszfor és a közép molekulák eltávolítása időfüggő,
- a vérátfolyás (pumpafordulat) növelése erre nem megoldás,
- ne tiltakozzon, ha kezelő nefrológusa a dialízis tartamának növelését javasolja.

# És a gyógyszerek ?

- Ezeket nem véletlenül hagytuk utoljára, mert **csupán tüneti készítmények**, az eddigiek „nem igazán” váltak be, kellemetlen mellékhatásaik vannak.
- **Antihisztamin készítmények** - a bőrben felszabaduló, „viszkető” anyag hatását tompíthatják esetleg, és álmosítanak.
- **Anti-serotonin készítmények** – ezek a központi idegrendszeri ingerület-átvitelre ható szerek- hatásosabban csökkenthetik a viszketést, de szédülés, szájszárazság, aluszékonyság „árán”.
- Az **újabb központi idegrendszeri szerek** (opiát receptorra hatnak) ígéretesek, de még a klinikai kipróbálás állapotában vannak.
- Jelenleg az igazi „oki kezelés” a hatásos méregtelenítés és az Ön tudatos együttműködése, reméljük ehhez sikerült segítséget adnunk.

**A tájékoztató**  
**a Magyar Nephrologiai Társaság - MANET**  
**Társadalmi Nephrologiai Oktatási Bizottságának**  
**TNOB**  
**jóváhagyott anyaga**  
**2023**