

КАК ПОДГОТОВИТЬ ДОМ, ЕСЛИ В НЕМ ЖИВЕТ АТОПИК^{1,2}



УБИРАЕМ ИСТОЧНИКИ ПЫЛИ ИЗ ДОМА/КВАРТИРЫ:

- Ковры
- Тяжелый текстиль на окнах
- Открытые полки с книгами
- Мягкие игрушки

ОРГАНИЗОВЫВАЕМ СПАЛЬНОЕ МЕСТО

- Используем постельное белье из натуральных тканей (лён, хлопок)
- Заменяем перьевые/пуховые подушки на модели с искусственным наполнителем
- Поддерживаем еженедельную стирку постельного белья при $t \geq 55^{\circ}$



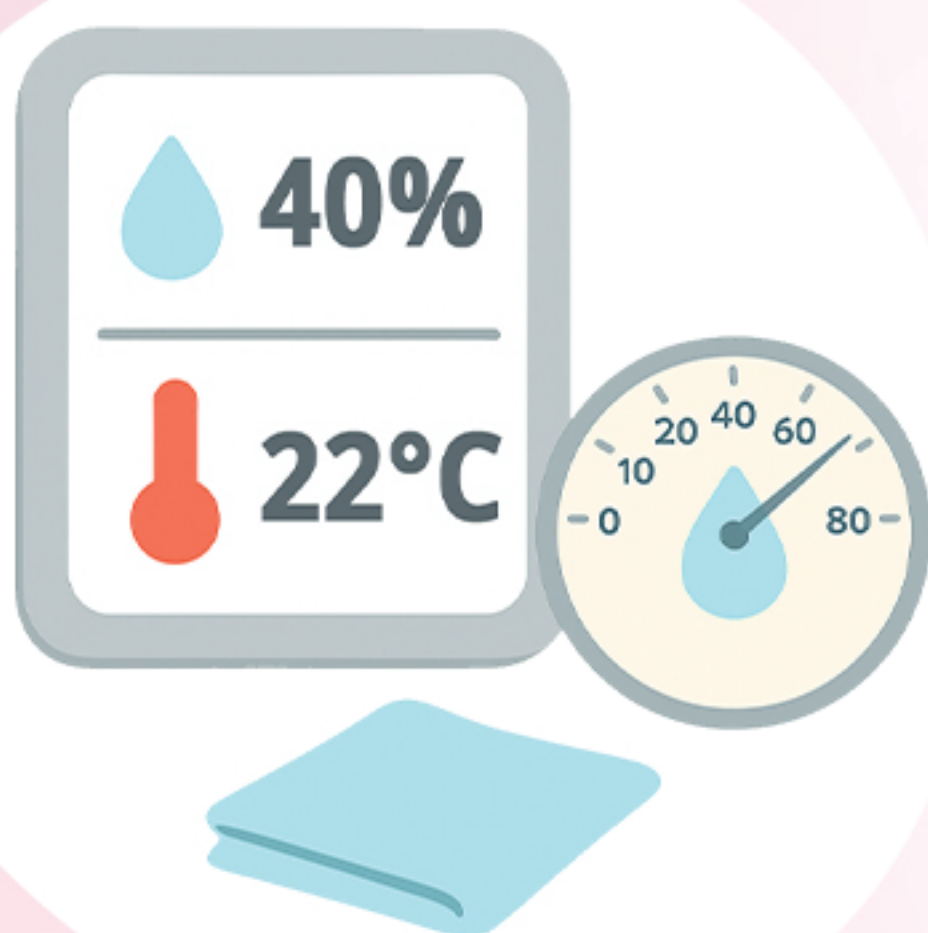
СОБЛЮДАЕМ РЕГУЛЯРНУЮ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ И ПРОВЕТРИВАНИЕ ПОМЕЩЕНИЯ

1. Darsow U, et al. J Eur Acad Dermatol Venereol 2005; 19:286–295

2. Мацук о.Н., Роль гастроинтестинальной пищевой аллергии При атопическом дерматите у детей, Вестник ВГМУ, 2005, том 4, №2

О ЧЕМ ЕЩЕ ВАЖНО ПОЗАБОТИТЬСЯ?^{1,2}

ТЕМПЕРАТУРА И ВЛАЖНОСТЬ В ПОМЕЩЕНИИ:



- Температура воздуха 21-23 °C
- Оптимальная влажность воздуха 40%
- Регулярная очистка кондиционера и увлажнителя воздуха

ОДЕЖДА:



- Исключаем из гардероба синтетические ткани, шерсть и мех
- Используем для стирки гипоаллергенный порошок и двойное полоскание
- Стираем новую одежду перед первым применением