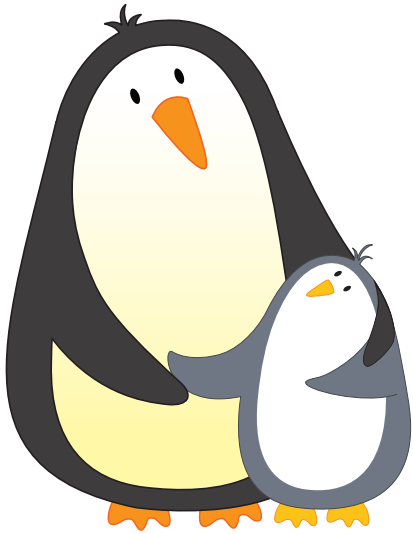


濕疹是什麼？

濕疹是一種反復出現的皮膚狀況，可能會導致皮膚乾燥、刺激和瘙癢，並產生凸起的紅色斑塊。它有時也被稱為過敏性皮炎。大約10%至20%的兒童患有濕疹，其中中的65%發生於兒童出生後的第一年內，90%發生於兒童5歲以前。濕疹的原因尚未完全知曉。它被認為是遺傳的（由家庭成員傳下來的）。

您可以做些什麼？

濕疹是無法治癒的。但是，良好的日常皮膚護理是管理您的孩子病情的關鍵。幫助防止皮膚乾燥的最佳方法之一是使用潤膚品。它們有助於保存皮膚下的水份，使皮膚更有彈性而且不容易有裂紋。用溫和的皮膚清潔劑也會有所幫助。



沐浴秘訣

- 在給孩子洗手和沐浴時要用溫水。
- 使用溫和、非乾燥、不含香料、無染料並且經過過敏性測試的清潔劑。
- 避免使用沐浴海綿和浴巾。摩擦會刺激皮膚，可能引起發作。
- 輕輕用毛巾把皮膚擦乾。不要揉搓孩子的皮膚，因為這可能會去除天然油脂。

潤膚秘訣

- 將潤膚品擦在潮濕的肌膚（在洗澡或淋浴後3分鐘內），以便獲得最佳的效果。
- 先擦任何特種的皮膚藥物（如您孩子的醫生有開處方），然後再自如地擦潤膚品。
- 在孩子的肌膚上留下一層薄薄的潤膚品。幾分鐘內它就會被吸收。
- 考慮使用含燕麥的潤膚品，比如AVEENO® 濕疹治療潤膚霜，以便減少濕疹的瘙癢和刺激。
- 只要您孩子的皮膚感覺乾燥或發癢，重擦潤膚品，一天重擦幾次。

更多的秘訣

- 將您孩子的指甲剪短，並且盡量避免搔抓。
- 讓他或她穿開放式編織的、寬鬆的、棉混紡的服裝。
- 在您的家中保持溫度和濕度的均勻。
- 新衣服要先洗滌後再給您的孩子穿。
- 使用無染料和無香料的洗滌劑並避免在烘乾機裡使用布料柔化片。
- 使用適合敏感肌膚的防曬霜。
- 像平時一樣，如果您有任何問題或疑慮，諮詢您孩子的醫生。