I'm not a robot

aadc إرشادات التهاب الجلد التأتبي

[illegible] ترطيب الجلد بصفة مستمرة مع الحرص على استخدام منتجات طبيعية وخالية من المواد الكيميائية التي تسبب تهيج الجلد. استخدام الكمادات الباردة للجلد للمساعدة في تخفيف الحكة. تجنب استخدام أنواع الصابون العادية واستخدام الصابون الخاص بالبشرة الحساسة. ارتداء الملابس الفضفاضة وتجنب ارتداء الملابس الضيقة وخاصة المصنوعة من أقمشة تسبب تهيج البشرة مثل أقمشة الصوف أو الأقمشة الصناعية. الاستحمام اليومي بالماء الفاتر والحفاظ على نظافة الجلد مع تجنب استخدام مواد كيميائية على الجلد والحرص على عدم زيادة مدة الاستحمام [illegible] 10 دقائق تقريبًا. تجنب التعرض للمواد الكيميائية التي تسبب تهيج البشرة مثل: الصبغات والمنظفات ومستحضرات التجميل. استخدام المنتجات الطبيعية لتغذية البشرة بالعناصر الهامة مثل: زيت جوز الهند وزيت اللوز الحلو تناول طعام غذائي صحي يحتوي على فيتامينات ومعادن وأحماض دهنية مثل: الخضروات والفواكه والأسماك الدهنية. تقليل التوتر وممارسة اليوجا أو غيرها من التمارين التي تساعد على الاسترخاء. في الختام، التهاب الجلد التأتبي (Atopic dermatitis) [illegible] على الأعراض من خلال القيام ببعض الإجراءات البسيطة في المنزل وتتضمن ترطيب الجلد وتجنب استخدام المواد المهيجة للبشرة. ومن الجدير بالذكر أنه يجب استشارة الطبيب في حالة تفاقم الأعراض لتحديد العلاج الطبي المناسب. المواد الطبيعية: التي أيا دور في الحفاظ على رطوبة الجلد. منها: زيت جوز الهند: يحتوي على خصائص مضادة للالتهاب. تعمل على حماية الجلد. عن طريق دهن المنطقة المصابة مرتين أو ثلاثة مرات يوميا. زيت عباد الشمس: حيث يُنصح بدهن زيت عباد الشمس مرتين على مكان الاحمرار للمحافظة على رطوبة البشرة والوقاية من الالتهاب أيضا. تركيب [illegible] العامة للعلاج الاستحمام المتكرر (يوميًا أو كل يوم) مع ماء فاتر ومطهر لطيف. يجب تجنب المنتجات ذات العطر المضافة أو الأصباغ أو الزيوت الأساسية ، لأنها مهيجة محتملة وأيا مسببات مسببات الاتصال. يجب تطبيق مضادات الالتهاب الحجلية [illegible] مراجعة طبيا من قبل كارمن يوب [illegible]