

علاج الأكزيما بالأغطية الرطبة



عندما تكون الأكزيما شديدة مع وجود حكة شديدة وألم، يمكن للأغطية الرطبة أن تساعد في ترطيب الجلد وتهدئته، كما أنها تساعد الأدوية الموضعية على العمل بشكل أفضل. من الأفضل إجراء هذه الطريقة في المساء وذلك بعد الاستحمام ووضع المرطبات الجلدية وتطبيق الدواء على المناطق المصابة. إذا كانت الأكزيما منتشرة يمكنك استخدام الملابس القطنية النظيفة كالضمادات وبيجامة النوم أو الرداء (أفرول)، كما يمكن استخدام القفازات القطنية لليدين أو الجوارب للساقين.

التعليمات:

<p>الخطوة الأولى: رطب الضمادة بالماء الدافئ حتى تصبح رطبة قليلاً.</p>	
<p>الخطوة الثانية: لفّ الضمادة الرطبة حول المنطقة المصابة.</p>	
<p>الخطوة الثالثة: لفّ ضمادة جافة فوق الضمادة الرطبة أو ارتدِ الملابس الجافة فوق الملابس الرطبة.</p>	
<p>الخطوة الرابعة: ارتدِ الملابس الليلية بحذر حتى لا تفسد الضمادات التي وضعتها سابقاً.</p>	
<p>الخطوة الخامسة: اترك الضمادات لعدة ساعات أو طوال الليل.</p>	