

แนะ 4 วิธีดูแลผิวหน้าหนาว ป้องกันผื่นผิวหนังอักเสบ



กรมการแพทย์ โสตศอนาสิกโรคผิวหนัง แนะนำ เมื่อเข้าสู่หน้าหนาวอากาศเปลี่ยนแปลง ส่งผลต่อ สุขภาพผิวหนังโดยตรง มีผลให้ผู้ป่วยโรคผิวหนังมี อาการกำเริบหรือเป็นมากขึ้น แนะนำควรสังเกต อาการทางผิวหนัง ระบุแลอย่างถูกต้อง ชี้แจงให้ผิวหนัง ีตลอกหน้าหนาว

นายแพทย์ณรงค์ อภินันท์ รองอธิบดี กรมการแพทย์ และโฆษกกรมการแพทย์ กล่าวว่า ขณะนี้ประเทศไทยกำลังเข้าสู่ฤดูหนาว อุณหภูมิเริ่ม ลดต่ำลงในหลายพื้นที่ ทำให้อากาศเย็นและแห้ง ขอบแนะนำวิธีการดูแลผิวให้ชุ่มชื้น ด้วยเคล็ดลับง่าย ๆ 4 วิธีดูแลผิวหน้าหนาว ดังนี้ 1. ไม่อาบน้ำอุ่นเกินไป 2. ใช้สบู่ที่อ่อนโยน 3. ทาครีมบำรุงสม่ำเสมอ โดย เลือกผลิตภัณฑ์บำรุงผิวที่เหมาะสมกับสภาพผิว เช่น ผิวแห้งมากควรใช้ครีมบำรุง 4. ที่สำคัญก่อน ออกจากบ้านทาครีมกันแดดทุกครั้ง เพื่อปกป้องผิว จากแสงแดดที่มากับลมหนาว สำหรับประชาชนที่เป็นโรคผิวหนัง ควรสังเกตอาการเปลี่ยนแปลงทาง

ผิวหนัง หากมีอาการผิดปกติควรรีบปรึกษาแพทย์ และควรไปพบแพทย์ตามนัดอย่างสม่ำเสมอ

แพทย์หญิงมิ่งขวัญ วิชัยดิษฐ ผู้อำนวยการ สลอบันโรคผิวหนัง กรมการแพทย์ กล่าวเพิ่มเติม ว่า โรคผิวหนังที่พบบ่อยในช่วงฤดูหนาวได้แก่ โรค ผื่นผิวหนังอักเสบจากการที่ผิวหนังแห้ง อาจทำให้เกิดผื่นคัน จะพบมากในเด็กเล็กที่ผิวบอบบาง ผู้สูงอายุ เกิดจากผิวที่แห้งทำให้ต่อมไขมันที่ผิวหนังแห้ง ต่อม ไขมัน หรือสารเคมีต่างๆ จึงไม่ทราบว่ามีกลิ่น ไป ใช้ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดที่ไม่ทำให้ผิวแห้งตึง หลังอาบน้ำควรทาครีมบำรุงผิว โรคผื่นผิวหนัง อักเสบจากการระคายเคือง มักจะมีอาการมากที่ มือ โศกเฉพาะในผู้ที่ทำงานบ้าน จะมีผื่นแดงคัน มีอ แห้งแสบแสบ สามารถดูแลเบื้องต้นโดยการใส่ถุงมือ ป้องกัน หรือหลีกเลี่ยงการสัมผัสสารเคมีต่างๆ แม้ กระทบสัมผัสน้ำโดยตรง และควรทาครีมบำรุงบ่อยๆ

โรคภูมิแพ้ผิวหนังในเด็ก ทำให้เกิดอาการ

ผิวแห้ง ผื่นแดง คัน กำเริบ ประกอบกับเด็กบางคน ไม่ได้อาบน้ำในช่วงอากาศที่เย็น ทำให้แบคทีเรียที่ ผิวหนังเพิ่มมากขึ้น เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้โรคกำเริบ การดูแลผิวในเด็กเน้นการใช้ครีมบำรุง ไม่จำเป็นต้องใช้สบู่ที่มีฤทธิ์ยับยั้งแบคทีเรีย เพราะอาจทำให้ มีการระคายเคือง คันเพิ่มขึ้น โรคเซบิเดียม ผื่นแพ้ ต่อมน้ำมัน มีอาการผื่นแดงลอกเป็นขุยที่บริเวณ ไหมม ร่องแก้ม ข้างจมูก รูหู ซึ่งจะกำเริบมากใน ช่วงที่อากาศเปลี่ยนแปลง นอนตึก ฝักผ่อนน้อย ติมเหล้า การรักษาควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและ ใช้ผลิตภัณฑ์ที่อ่อนโยนต่อผิวร่วมกับทาครีมบำรุง และมาพบแพทย์ตามนัด

สำหรับกลุ่มโรคไวรัสมักจะแพร่กระจายได้ มากในช่วงฤดูหนาว เช่น โรคสุกใส มีอาการไข้ ร่วม กับตุ่มใสตามตัว หรือโรคหัด จะพบในเด็ก มีอาการ ไข้สูง ไอมาก ทาแหว และผื่นไวรัสนี้ติดต่อกันได้ ทางระบบทางเดินหายใจ

ความชั่วทุกอย่าง แม้ไม่มีใครเห็นก็ชั่ว
เพียงแต่จะชั่วเร็วหรือชั่วช้า
หากมีคนเห็นก็ชั่วเร็ว
แต่ถ้ายังไม่มีใครเห็นก็ชั่วช้า

หลวงปู่จันทร์ศรี จันททีโป



ที่มา: ขอขอบคุณ: <https://www.thaihealth.or.th/>



แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียน พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน **สส๖๖๒/ชธ๖๒**

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล

เลขประจำตัวประชาชน ๓ ๑๐๐๕ ๐๑๐๕๘ ๗๔ ๙ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย อายุ ๓๗ ปี อาชีพ นักธุรกิจ

ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๗๔๓/๓๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย ซอยสิทธิ์ ๒ ถนน เลียบบ้างเหนือ

แขวง / ตำบล หนองแขม เขต / อำเภอ หนองแขม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

เป็น เจ้าของ หนังสือพิมพ์ชื่อ 249 สื่อออนไลน์

มีวัตถุประสงค์ เพื่อลงประกาศข่าวงานราชการและประกาศโฆษณาด้านธุรกิจและกฎหมาย รวมถึงเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านธุรกิจและกฎหมาย และข้อมูลข่าวสารทั่วไปทุกจังหวัด

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก ภาษาไทย

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก เป็นแผ่น

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ รายวัน

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ บริษัท ๒๔๙ สื่อออนไลน์ จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้ สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นผู้พิมพ์
สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นผู้โฆษณา
สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นบรรณาธิการ
สิบตรีศิวะพล จาริรัตน์ชัยกุล เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์

ออกให้ตั้งแต่วันที่ ๗ เดือน กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๖๒

(ลงชื่อ) นางสาวกมล คักดาเดช

(นางสาวกมล คักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด กรุงเทพมหานคร

