

یک متخصص پوست:

دستکش جایگزین شستن مکرر دست‌ها شود

یک متخصص پوست و مو گفت: افراد باید از شستن مکرر دست‌ها خودداری کنند چراکه شستن بیش از حد دست‌ها موجب بروز بیماری‌های التهاب پوست یا درماتیت می‌شود.

به گزارش سایت خبری پرسون، دکتر بهاره ابراهیمی بیان کرد: شستن بیش از حد دست موجب بروز بیماری‌های درماتیت (التهاب پوست) می‌شود که خود دارای اقسامی اعم از درماتیت آتوپیک، سبورئیک و تماسی است که درماتیت آتوپیک بیشتر در زمینه ژنتیکی دیده می‌شود.

وی افزود: اگرماهایی که از مواد شوینده حاصل می‌شود در دسته درماتیت‌های تماسی قرار می‌گیرند، در واقع ناشی از تماس پوست با مواد محرک کننده‌ای است که باعث ایجاد التهاب در پوست می‌شود.

ابراهیمی خاطرنشان کرد: مواد شوینده هم در واقع یکی از شایع‌ترین درماتیت‌های تماسی هستند که معمولاً به علت ترکیبات شیمیایی موجود در آنهاست و حتی رنگ و یا مواد معطری که در آنها استفاده می‌شود، گاهی اوقات ممکن است پوست را تحریک و حساس کند.

وی تصریح کرد: باتوجه به شرایط کنونی ایجاد شده همه افراد معمولاً چندین برابر بیشتر از قبل به شستشوی دست اختصاص می‌دهند که این کار باعث شده میزان درماتیت تماسی ناشی از این مواد به شدت افزایش پیدا کند.

این متخصص پوست و مو گفت: در واقع الکل هم به تنهایی باعث محرک شدن پوست و ایجاد خشکی می‌شود که با علائمی مثل خشکی، قرمزی، خارش و سوزش همراه است اما در موارد شدید ممکن است تاول‌های خیلی ریزی در پوست ببینیم یا اینکه ترک‌هایی در پوست ایجاد شود.

بیشتر بخوانید:

بیماری خطرناکی که در مواجهه با سرما پدید می‌آید

وی تبیین کرد: بیشتر علائم دیده شده در ناحیه دست تا مچ بوده که در موارد خیلی شدید ممکن است در دیگر نواحی بدن همچون ساعد یا حتی در قسمت‌های پا دیده شود، در واقع با وارد شدن به فصل سرما هوای خشک هم باعث تخریب شدن پوست می‌شود.

ابراهیمی درباره راه‌های پیشگیری و درمان توضیح داد: نخستین توصیه ما به افراد این است که بهداشت را رعایت و از شستن مکرر دست‌ها پرهیز کرده و دستکش را جایگزین آن کنند؛ به عنوان مثال خانم‌های خانه دار سعی کنند تا حد ممکن تمام کارهای منزل خود را نه فقط شستن حتی در آشپزی، گردگیری و تماس با مواد غذایی از دستکش استفاده کنند.

وی هشدار داد: حتی ممکن است بعضی از دستکش‌های پلاستیکی هم برای پوست حساسیت‌زا باشند که توصیه می‌کنیم از دستکش نخی استفاده شود و بعد روی آن دستکش پلاستیکی پوشید.

این متخصص پوست و مو تصریح کرد: دومین توصیه این است که از یکسری شوینده‌ها که ویژه پوست حساس است، استفاده نکنند به علت اینکه شوینده‌های قوی دارای PH قلیایی هستند که آسیب شدیدی به پوست وارد می‌کنند.

وی در پایان یادآور شد: توصیه پایانی اینکه مرتب از مرطوب‌کننده‌ها و آبرسان‌ها استفاده شود و در موارد تشدید بیماری حتماً به پزشک مراجعه کنید.

منبع: ایسنا