

چگونه از خشكي پوست پيشگيري كنيم؟

متخصصان كلينيك كليولند ميگويند: با رعايت كردن چند فاكتر اصلي شما مي‌توانيد مانع از خشكي پوست بدنتان شويد.



متخصصان كلينيك كليولند ميگويند: با رعايت كردن چند فاكتر اصلي شما مي‌توانيد مانع از خشكي پوست بدنتان شويد.

سلامت نيوز: تغييرات پوستي همزمان با بالا رفتن سن، امر شايعي است و اين تغييرات اغلب به خشكي و خارش پوست منجر مي‌شود.

به گزارش ايسنا، متخصصان كلينيك كليولند ميگويند: با رعايت كردن چند فاكتر اصلي شما مي‌توانيد مانع از خشكي پوست بدنتان شويد.

به گزارش سايت اينترنتي هلت نيوز، اين كارشناسان تاكيد دارند: عدم نوشيدن آب و مايعات كافي، گذراندن زمان زياد در زير نور آفتاب، تماس با هواي خشك، كشيدن سيگار، قرار گرفتن تحت استرس و فعاليت كم غدد چربي و تعرق كه در بين سالمندان معمولا شايع است از فاكترهاي مهم متداول در بروز خشكي پوست هستند كه رعايت آنها و اقدام صحيح در اين زمينه به ميزان قابل توجهي از درصد خشكي پوست مي‌كاهد.