

راه‌های پیشگیری از خشکی پوست در گفتگو با دکتر کشاورز

یک فوق متخصص پوست و مو گفت: «خشکی پوست می‌تواند زمینه ژنتیک و فردی داشته باشد که با شروع زمستان و سردی هوا افزایش می‌یابد.»...



یک فوق متخصص پوست و مو گفت: «خشکی پوست می‌تواند زمینه ژنتیک و فردی داشته باشد که با شروع زمستان و سردی هوا افزایش می‌یابد.»

دکتر سعید کشاورز در گفتگو با صدفنیوز، اظهار داشت: «میزان ترشح چربی در پوست افراد متفاوت است که با افزایش سن، سردی هوا و شستشوی مداوم پوست کاهش می‌یابد.»

وی افزود: «البته عوامل ژنتیک و فردی در میزان خشکی پوست مؤثر است که با تغییرات محیطی شدت پیدا می‌کند.» این فوق تخصص پوست و مو تصریح کرد: «با شروع فصل زمستان و شروع فصل سرما، خشکی و ورقه و ورقه شدن بیشتر می‌شود که در حالت شدیدتر به آگما منجر می‌شود و باید به پزشک مربوطه مراجعه کرد.»

وی ادامه داد: «هنگام شیوع آگما، پوست حالت خارش، خشکی و تورم پیدا می‌کند و در بیشتر مواقع قرمز رنگ و دردناک می‌شود؛ فصل زمستان استفاده از وسایل گرم کننده و بسته بودن در و پنجره‌های منزل، باعث خشکی هوا می‌شود که می‌توان از دستگاہهای بخور استفاده کرد.»

کشاورز یادآور شد: «به منظور پیشگیری از خشکی پوست باید به طور مرتب از کرم‌های مرطوب کننده استفاده کرد تا پوست بتواند میزان چربی از دست داده را بدست آورد.»

این فوق متخصص پوست و مو گفت: «کرم‌های مرطوب کننده با درصد چربی کمتر سریع جذب پوست و سریع هم خارج می‌شود ولی کرم‌های با درصد چربی بالاتر دیرتر جذب و دیرتر هم از پوست خارج می‌شود که این نوع کرم‌ها با وجود ناخوشایند بودن اثر بهتر و طولانی‌تری دارند.»

وی ادامه داد: «شست‌وشوی مکرر نیز باعث برداشته شدن لایه چربی از سطح پوست و منجر به خشکی آن می‌گردد.» کشاورز تصریح کرد: «نوشیدن آب کافی، پرهیز از استفاده طولانی مدت از دوش آب گرم، استفاده از صابون‌های ملایم حاوی کرم و گلیسرین، پوشاندن پوست در برابر سرما و برف و عدم شست و شوی مداوم دست‌ها از دیگر راه‌های پیشگیری از خشکی پوست به شمار می‌روند.»

این فوق تخصص پوست و مو خاطر نشان کرد: «استفاده از مواد غذایی برای رفع خشکی پوست، یک تصور اشتباه است ولی برای بهبود آگما لازم و ضروری است. در صورتی که خشکی پوست حاد و تبدیل به آگما شود از کرم‌های نرم کننده، پمادها، نرم کننده‌های مایع برای شستشوی محل مورد نظر، کرم‌های آنتی بیوتیکی و رژیم غذایی مناسب استفاده می‌شود.»