

小儿湿疹是什么原因产生的，如何防控？

魏 林

甘肃省妇幼保健院 730050

【中图分类号】R758.23

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2023) 10-094-01

小儿湿疹是一种常见的皮肤病，主要发生在婴幼儿和幼儿期。它通常表现为皮肤红肿、瘙痒、起水疱等症状。那么，小儿湿疹是什么原因产生的呢？如何进行防控呢？下面我们来了解一下。

小儿湿疹的原因并不完全清楚，但有几个因素被认为是与其发生相关的：

1. 遗传因素：家族史中有湿疹、哮喘或过敏性鼻炎的孩子更容易患上湿疹。这表明遗传因素在小儿湿疹的发生中起着一定的作用。

2. 免疫系统异常：小儿湿疹与免疫系统的异常反应有关。免疫系统对外界刺激的过度反应可能导致皮肤发炎和瘙痒。

3. 外界刺激：环境因素也可能引起小儿湿疹的发生。例如，气候干燥、过敏原、化学物质、粉尘等都可能刺激婴幼儿的皮肤，导致湿疹的发生。

那么，如何进行小儿湿疹的防控呢？以下是一些建议：

1. 保持皮肤清洁：婴幼儿的皮肤比较娇嫩，容易受到刺激。因此，保持皮肤的清洁是非常重要的。使用温水洗澡，避免使用刺激性的肥皂和洗浴用品。洗澡后，用柔软的毛巾轻轻拍干皮肤，避免搓揉。

2. 保持皮肤湿润：婴幼儿的皮肤容易干燥，干燥的皮肤更容易发生湿疹。因此，保持皮肤的湿润非常重要。可以使用适合婴幼儿的保湿霜或乳液，涂抹在皮肤上，帮助保持皮肤的水分。

3. 避免过度洗澡：频繁洗澡可能会导致皮肤的水分流失，加重湿疹的症状。一般来说，每天洗澡一次即可。如果湿疹较为严重，可以减少洗澡的频率。

4. 避免刺激物：尽量避免使用刺激性的洗涤剂、洗衣粉和柔软剂。此外，避免接触宠物的皮屑、花粉、尘螨等可能引起过敏的物质。

5. 注意饮食：有些婴幼儿对某些食物过敏，如牛奶、鸡蛋、花生等。如果发现宝宝对某种食物过敏，应尽量避免食用。

6. 注意穿着：选择柔软、透气的棉质衣物，避免使用粗糙的合成纤维材料。同时，避免过多穿着，以免过度捂热。

7. 避免过度搔抓：湿疹会引起瘙痒感，但过度搔抓可能会导致皮肤损伤和感染。家长可以给孩子修剪指甲，保持指甲的清洁和短小，以减少搔抓的伤害。

8. 使用温和的洗涤剂：选择温和、无刺激性的洗涤剂和

洗衣液，避免使用含有香料和化学成分的产品。洗涤衣物时，最好进行充分的漂洗，以确保洗涤剂彻底清洗干净。

9. 避免过度加热和干燥的环境：过度加热和干燥的环境可能使湿疹症状加重。在冬季或干燥的天气中，可以使用加湿器来增加室内湿度，保持适宜的湿度。

10. 避免过度包裹：过度包裹会导致孩子出汗，湿疹症状可能会加重。在温暖的天气中，选择适当的衣物，避免过度包裹，以保持皮肤的透气性。

11. 寻求医生的建议：如果孩子的湿疹症状严重或持续不缓解，建议及时咨询医生。医生可以评估孩子的病情，并给出相应的治疗建议。

12. 避免过度洗澡：频繁洗澡可能会导致皮肤的水分流失，加重湿疹的症状。一般来说，每天洗澡一次即可。如果湿疹较为严重，可以减少洗澡的频率。

13. 使用温和的洗浴用品：选择温和、无刺激性的洗浴用品，避免使用含有香料和化学成分的产品。最好选择专门为婴幼儿设计的洗浴用品。

14. 注意室内湿度：保持室内湿度适宜也是防控小儿湿疹的重要措施。可以使用加湿器来增加室内湿度，尤其是在干燥的季节或干燥的气候中。

15. 避免过度刺激：避免使用刺激性的化妆品、香水和洗涤剂。此外，避免过度暴露在阳光下，以免阳光的紫外线刺激加重湿疹症状。

16. 注意饮食：有些婴幼儿对某些食物过敏，如牛奶、鸡蛋、花生等。如果发现宝宝对某种食物过敏，应尽量避免食用。

17. 寻求医生的建议：如果孩子的湿疹症状严重或持续不缓解，建议及时咨询医生。医生可以评估孩子的病情，并给出相应的治疗建议。

总之，小儿湿疹的防控需要综合考虑多个因素。避免过度洗澡、使用温和的洗浴用品、注意室内湿度、避免过度刺激、注意饮食以及寻求医生的建议都是防控小儿湿疹的重要措施。然而，每个孩子的情况都是不同的，建议家长根据自己孩子的具体情况和医生的建议进行个性化的防控措施。如果有任何疑问或困惑，建议及时咨询医生，以获得更准确的指导和建议。避免自己随意听信民间土方或者不规范方式，提升疾病恢复的安全性。

（上接第 93 页）

发现并处理可能的眼科问题。

6 合理用药

糖尿病患者需要根据医生的建议合理使用降糖药物、降压药物、降脂药物等，不要随意更改药物剂量或停药。降糖药物、降压药物、降脂药物都是糖尿病患者常用的药物类型，

可以帮助患者控制血糖、血压及血脂水平。但是，不合理的使用降糖、降压及降脂药物，就可能导致血糖、血压及血脂波动或者导致低血糖、低血压及肝功能异常等反应，对患者的身体造成损害。因此，糖尿病患者需要在医生的指导下使用降糖、降压、降脂药物，不要随意更改药物剂量或停药。