

特应性皮炎的治疗方案

患者指南

您的医务人员建议您采用以下护理计划。

全年皮肤护理

✓ 如适用	皮肤护理方法	每日次数	持续时间	说明
	 盆浴：清水，无香味肥皂，浸泡身体15分钟。	每日一次	总是	
	 皮肤仍潮湿时，在身体和面部涂抹保湿霜。	每日盆浴后一次	总是	
	 在患特应性皮炎 (AD) 的部位涂抹吡美莫司。	每日两次	直到症状消失	
	 使用羟嗪	睡前	根据需求	治疗瘙痒

特应性皮炎发作期间的皮肤护理

✓ 如适用	皮肤护理方法	每日次数	持续时间	说明
	 在洗澡水中加入1/2杯漂白剂	每日一次	2周	
	 遵照医嘱	每日两次	2周	如果湿疹未见好转 (红肿、瘙痒未消退)，请致电医务人员。
	 在身体和面部患处涂抹保湿霜	每日盆浴后及其他时间数次	总是	保湿霜一定要在用药后涂抹。
	 使用湿敷疗法 (WWT)。	2至24小时，视耐受程度而定	数日或遵照医嘱	
	 在患处涂抹氢化可的松软膏 (2.5%)	每日两次	14天	不适用于面部
	 在患处涂抹三安奈德软膏 (0.1%)	每日两次	14天	不适用于面部
	 用羟嗪	睡前	根据需求	治疗瘙痒

特应性皮炎湿敷疗法治疗方案

患者指南



在患处涂抹外用药物。



用湿的管形绷带、纱布或棉布作为第一层敷料包裹患处。如果患处面积很大，可以用湿的睡衣、袜子或无刺激性的衣服作为敷料。



用干的物品作为第二层敷料包裹患处。如果患处面积很大，可以用干的睡衣、袜子或无刺激性的衣服作为敷料。



每次湿敷几个小时，最长不超过24小时，具体视自己的耐受程度而定。



使湿敷疗法数天或遵照医嘱。

湿敷疗法可以促进外用药物对皮肤的渗透，减少水分流失，并为皮肤建立屏障，防止抓伤。

行为策略

适用于成人及儿童



为减少抓挠：

- 用冰袋或冷毛巾敷在瘙痒部位。
- 通过引导想象来分散注意力，放松心情；

适用于儿童

- 让孩子专心做皮肤发痒时也能做的事情，以增加其自控力；
- 将注意力引到画画、搭积木或玩手持式电子产品等动手活动中去；
- 在易发痒时间（学龄前儿童听故事的时间），让孩子玩压力球，让其双手不停忙碌；
- 不要经常说“别抓”，这样会给孩子增加压力；

适用于成人及儿童



为促进睡眠：

- 睡前再次涂抹保湿霜
- 睡前避免使用电子产品（电视、平板电脑）；
- 坚持一项睡前习惯（洗澡、护肤、看书、听音乐或舒缓CD）；

适用于儿童

- 皮肤健康状况得到改善后，可视具体要求，按照行为计划来解决睡眠问题或夜醒。

适用于儿童



为好好配合治疗：

- 玩护肤游戏（用润肤霜在身上画画；先给家长画；红灯、绿灯；争取“玩得尽兴”）。
- 一边盆浴一边听有声读物，以分散注意力；
- 让孩子擦保湿霜，以增加控制感；
- 对孩子的参与表示赞扬。

环境策略



为创造无刺激性环境：

- 尽量避免使用地毯
- 如果家里铺有地毯，使用装有高效空气微粒滤网（HEPA）的吸尘器每周吸尘一次；
- 保持50%以下的空气湿度；
- 使用防尘螨的床罩和枕头套；

- 用很烫的水清洗床上用品和毛绒玩具，并对热烘干机进行设置；
- 尽量减少卧室里的毛绒玩具和杂物；
- 避免在家使用有香味的清洁产品、洗衣粉、蜡烛和空气清新剂。

联系我们：