

虫刺されやかぶれなど皮膚トラブルの相談が多くなってきました。夏場の皮膚は高温多湿の環境によって、細菌やカビが繁殖しやすく、皮膚の感染症が起こりやすくなっています。汗をかくと、皮脂膜が流れ落ちて皮膚バリアが弱まり、細菌の繁殖を招くこともあります。

今回は代表的な皮膚トラブルと予防について紹介したいと思います。

虫刺され

蚊やブユ(ブト・ブヨとも呼ばれる)など刺されたところが炎症する。「痛み」「かゆみ」を伴う。

アトピー性皮膚炎

アレルギー体質によって皮膚に湿疹が生じ、かゆみや赤斑が起こる病気。汗や強い紫外線の刺激によって夏場、悪化しやすい。

かぶれ (接触性皮膚炎)

衣服の繊維や金属などの刺激により炎症を引き起こす。

とびひ(伝染性膿痂疹)

ブドウ球菌や溶連菌などの細菌で代表される皮膚の感染症。「飛び火」のように広がる。

あせも

汗をかくことで汗腺が詰まり、赤くただれたりかゆみを伴う。



皮膚の相談や
皮膚科の紹介は
保健室まで!

～しっかり予防、きちんと対策～

皮膚を清潔に保つ

体を洗う際は石鹸をよく泡立てやさしく洗う。

石鹸はよく洗い流す。汗はこまめにふき取る。

皮膚の保護をする

順番に注意して正しく使用する。

塗り薬(あれば)→虫よけ薬→日焼け止めクリーム

正しく治療する

皮膚トラブルは悪化すれば皮膚科受診する。(特にかぶれやとびひは早めに受診)虫に刺されたら、**水で洗い流す。**外用薬を塗布した後は**よく冷やす。**

トラブルの原因を探す

金属や衣服、食べ物でも皮膚のトラブルは起こるものです。炎症の部位やその日の出来事を振り返り、原因物質を除去していきましょう。

首にフツフツ…
今日つけてたネックレス?

