

การป้องกันและการปฏิบัติตน เมื่อผิวหนังอักเสบ

- สำหรับรายที่เกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติของแต่ละคน โดยไม่เกี่ยวข้องกับสาเหตุภายนอก ควรดูแลสุขภาพของร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอ เพื่อให้ภูมิคุ้มกันต้านทานโรคด้วยการรับประทานอาหารที่มีคุณภาพ พักผ่อนเพียงพอ จิตใจสดชื่น ไม่ดื่มของมึนเมา หลีกเลี่ยงสิ่งที่ทำให้โรคกำเริบ
- รายที่เกิดจากการแพ้สารที่สัมผัส ควรหลีกเลี่ยงและป้องกันสาเหตุ เนื่องจากถ้ายังสัมผัสสารที่เป็นต้นเหตุอยู่เสมอโรคจะไม่หายขาด เพื่อความชัดเจนว่าแพ้สารชนิดใดอาจให้แพทย์ทำการทดสอบผิวหนัง ถ้าไม่สามารถหลีกเลี่ยงการสัมผัสได้ ให้ใช้เครื่องป้องกัน เช่น ถุงมือยาง ผ่ากันเมื่อน รองเท้าบูท ครีมป้องกัน เป็นต้น
- การใช้ยาประเภทคอร์ติโคสเตียรอยด์ติดต่อกันเป็นเวลานานอาจเกิดภาวะแทรกซ้อนได้ เช่น ผิวบางลง ผิวแตก ลายหน้าท้องสตรีมีครรภ์ เส้นเลือดขยายตัว และผิวหนังแห้ง แพทย์อาจพิจารณาให้ทายาสลับกับครีมชุ่มชื้น เพื่อลดโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนในผู้ป่วยที่ต้องใช้ยานาน หรือใช้ยาในขนาดเล็กลงเมื่ออาการดีขึ้นแล้ว

แผนที่สถาบันโรคผิวหนัง



รถประจำทางที่ผ่านหน้าสถาบันโรคผิวหนัง
สาย 8, 12, 14, 18, 28, 92, 97, 108, 116
ปอ.509, 510, 515, 524, ปอ.พ.4, 8

งานสุศึกษาและเผยแพร่ สถาบันโรคผิวหนัง

420/7 ถนนราชวิถี แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400
โทร. 0 2354 8036-40 โทรสาร : 0 2354 8042
www.inderm.go.th

ผิวหนังอักเสบ (Eczema)



สถาบันโรคผิวหนัง
กรมการแพทย์
กระทรวงสาธารณสุข

ผิวหนังอักเสบ (Eczema)



สาเหตุ

เกิดจากสาเหตุหลายประการ แบ่งออกเป็น 2 ชนิด คือ

สาเหตุภายในร่างกาย

เกิดจากเป็นโรคภูมิแพ้โดยกำเนิด (Atopic) มีการเปลี่ยนแปลงในระบบภายในร่างกาย ทำให้เกิดภูมิแพ้ที่ผิวหนัง มีลักษณะผิวหนังแห้งทั่วตัว ในเด็กทารกมักเป็นศีรษะ หน้า คอ และแขน ในเด็กโตและผู้ใหญ่เป็นที่บริเวณข้อพับของแขนและขา

สาเหตุจากภายนอกร่างกาย

เกิดจากการสัมผัสสารที่ระคายเคือง หรือสารที่ก่อให้เกิดภูมิแพ้ (Contact Dermatitis) บริเวณที่เป็นขึ้นอยู่กับสาเหตุ เช่น เป็นติ่งหูจากแปะตุ่มหู หรือเป็นที่ข้อมือจากแปะสายนาฬิกา ที่หลังเท้าจากแปะรองเท้า

อาการ

แบ่งออกเป็น 2 ระยะ คือ



- **ระยะเฉียบพลัน** เป็นรอยแดง บวม ตุ่มแดง ตุ่มน้ำ มีน้ำเหลืองซึม ลอกเป็นขุย และตกสะเก็ด
- **ระยะเรื้อรัง** เป็นรอยหนา ผิวตัวกัน ลอกเป็นขุย มีอาการคันเรื้อรัง

การรักษา

ระยะเฉียบพลัน

หลังทำความสะอาดด้วยน้ำยาล้างแผลหรือน้ำเกลือที่บริเวณตุ่มน้ำ ตุ่มหนอง หรือแผลพุพองมีน้ำเหลือง โดยใช้ผ้าพันแผล (ก๊อซ) หรือผ้าขาวบาง หนาประมาณ 3 - 4 ชั้น ซูดน้ำยาประคบได้วันละ 2 ครั้ง หลังการประคบ ซับให้แห้ง เมื่อมีน้ำพุพองแห้งแล้วให้หยุดประคบ มิฉะนั้นจะทำให้ผิวหนังแห้งและตึงเกินไป

เมื่อแห้งดีแล้วให้ทาครีมหรือที่ผึ้งคอร์ติโคสเตียรอยด์จนกว่าจะหายดี

ระยะเรื้อรัง

- ล้างน้ำฟอกสบู่ให้สะอาดก่อนทายา ใช้ครีม หรือซีมีน คอร์ติโคสเตียรอยด์ โคลทาร์ หรือการฉายสิริก
- ในรายที่เป็นผื่นหนาผิวหนังหรือเป็นตุ่มแข็ง แพทย์อาจใช้วิธีฉีดยาบริเวณที่เป็น เพื่อช่วยให้หายเร็วขึ้น
- การรับประทานยา ใช้เมื่อจำเป็น เช่น เมื่อมีอาการอักเสบรุนแรง อาจรับประทานคอร์ติโคสเตียรอยด์ หรือถ้ามีการติดเชื้อให้รับประทานยาปฏิชีวนะ หรือถ้ามีอาการคันมาก แพทย์อาจให้ยาช่วยลดอาการคัน