

妈妈，我也想玩水(2) PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/146/2021_2022__E5_A6_88_E5_A6_88_EF_BC_8C_E6_c105_146054.htm 在夏季，对于遗传性皮肤过敏患者来说，最大的敌人是汗液。因为，汗液会使皮肤表面的细菌活动更加旺盛，使炎症进一步加重。要息汗，玩水可谓是很好的方法。但是，玩水不当，也有可能使遗传性皮肤炎症状更加恶化。因此，要不要玩水，经常会让遗传性皮肤病患者感到左右为难。选择什么水为好=实际上，水的种类无关紧要。遗传性皮肤病是一种过敏性疾病。不论游泳场还是海水浴场，只要进去游玩一次后没有出现任何症状，就说明水中不含过敏诱发物质。患者可以放心游玩。问题在于水质。遗传性皮肤病患者对皮肤刺激相当敏感，而且易于感染细菌。即使没有过敏诱发物质，如果水质不好，同样会使症状恶化。由于很多人同时浸泡，游泳场的污染度最高。而且，消毒水中的氯成份对健康的皮肤来说没有任何问题，然而对遗传性皮肤病患者来说，却有可能导致炎症。有人说盐水对遗传性皮肤病有害处，但目前为止并没有任何医学根据支持这一论断。进入海水中，如果感到针扎一样的刺激，这并不时因为其中含有盐类成份，而是因为分布全身的“遗传性皮肤病伤口”，所以玩水时间以短为宜。对于泉水来说，由于流动性强，而且水温也比较低，最适合遗传性皮肤病患者。但如果泉水被污染，反而还不如到游泳场游玩。遗传性皮肤病患者的皮肤护理=对于遗传性皮肤病患者而言，紫外线也是一大天敌。因此，暴露在紫外线下时，要每30分涂抹一次紫外线防晒剂。在众多紫外线防晒剂中，“不

含PABA（对氨基苯甲酸）防晒剂”是首选。因为，PABA是一种皮肤过敏诱发剂。大多数遗传性皮肤病的患者都对PABA呈过敏反应。香料也能较过敏，因此最好选择不含香味的防晒剂。患者需要由主治医师推荐符合具体病症的防晒剂。另外，尽可能在紫外线照射量大幅减弱的下午4点以后出外玩水，也是一个不错的选择。但是，玩水时间不宜过长，因为对身体没有益处。玩水时间过长，皮肤对外界的刺激会变得更敏感，有可能导致瘙痒症状。每次连续泡在水中的时间不宜超过30分钟，要时时躲到树阴下休息。玩水后，要及时用清水清洗皮肤，这是有效避免症状恶化的基本原则。比起一般的香皂，最好选用抗菌香皂或皮肤病专用香皂。洗完后，要涂抹保湿剂。但要注意，趁皮肤干透之前涂抹保湿剂才有效。（顾问=汉阳大学医院皮肤科教授鲁英锡、三星首尔医院小儿科教授安康模）100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com