

## วิธีแก้อ....รอกเท้ากัด

นำเสนอเมื่อ : 5 ต.ค. 2552

รอกเท้ากัด มักจะเป็นปัญหาของคนที่ซื้อรองเท้าใหม่ ไม่ว่าจะเป็นรองเท้าหนัง รองเท้าผ้าใบ หรือรองเท้าพลาสติก เมื่อถูกกัดแล้วจะทำให้เกิดแผลและเกิดอาหารปวด ทำให้เดินไม่สะดวก แถมยังเสียบุคลิกภาพอีกด้วย วันนี้เกร็ดความรู้มีวิธีแก้มากฝากกัน..

### วิธีแก้ คือ

ทาปิโตรเลียมเจลข้างในรองเท้า ทิ้งไว้ข้ามคืน เช็ดออกด้วยผ้าให้สะอาดแล้วค่อยสวม หรือทาน้ำมันมะพร้าวด้านในรองเท้า สวมคืนติดต่อกัน น้ำมันมะพร้าวจะช่วยให้รองเท้านุ่มขึ้น หรือใครที่ไม่ชอบความมัน ก็ลองผ่านมันฝรั่งดิบเป็นแผ่น ๆ วางไว้ในรองเท้า โดยเฉพาะบริเวณส้นเท้า ทำซ้ำเช่นนี้สองคืน

### วิธีรักษา

และลดอาการเจ็บเมื่อโดนรอกเท้ากัด คือ ใช้น้ำอุ่นล้างเท้าให้สะอาด ทาครีมที่โดนรอกเท้ากัด ทิ้งไว้จนแห้ง แล้วล้างออกด้วยน้ำอุ่น เช็ดให้แห้ง จะช่วยลดความเจ็บแสบลง หรือจะใช้ใบสะเดาสองสามใบ ผสมกับผงขมิ้น เติมน้ำ แล้วบดให้กลายเป็นครีมข้น ทาลงบนแผลรอกเท้ากัด วิธีนี้จะช่วยลดอาการเจ็บลงได้ อีกทั้งยังช่วยให้แผลแห้ง

ใส่รองเท้าคู่ใหม่ครั้งต่อไป ก็ลองนำวิธีที่แนะนำไปปฏิบัติตามกันได้