

เชื่อกัน และฝันเรื่องต้องระวังเมื่อถึงหน้าร้อน

นำเสนอเมื่อ : 21 เม.ย. 2553

หน้าร้อนมาที่ นอกจากจะต้องคอยพัดวีให้เจ้าตัวดีคลายร้อน
ยังต้องมาดูแลแขกไม่ได้รับเชิญอย่างผดผื่นคันด้วย..ปัญหาที่ความสะอาดเป็นเรื่องที่ต้องเน้นเป็นพิเศษ

เมืองไทยเดี๋ยวนี้ บอกไม่ถูกฤดูไหนร้อน ฤดูไหนหนาว ดูไปดูมาร้อนทั้งปียังมีคุณแอลนิโอมายเยี่ยมเยียน
ยิ่งเดาไม่ถูกว่าวันไหน จะร้อนจะหนาวจะฝนตก สวนหน้าร้อนจริง ๆ ก็คงไม่ต้องพูดถึง จะยิ่งร้อนมากยิ่งขึ้นทุกปี
ตราบดีที่หยุดยั้งคนมือคู้ตะบันตัดไม้ทำลายป่าไม่ได้ ก็ต้องผจญกับความร้อนเป็นบาตไปอย่างไม่หยุดยั้ง
แล้วทุกหน้าร้อน คุณแม่ทั้งหลายก็เบื่อนั่นไม่ต้องทำงานทำการ เพราะปัญหาผดผื่น เชื่อกัน ทั้งยังเชื่อแบคทีเรีย
(เจ้าตัวร้าย) ที่คอยบุกโจมตีผิวเจ้าตัวน้อยชนิดเปลือยเป็นไม่ได้

เมื่อถูกผดผื่นเล่นงานถ้าเป็นเจ้าตัวน้อย ๆ
อายุไม่กี่เดือนที่ได้รับการทะนุถนอมจากคุณย่าคุณยายกลัวหลานจะโดนลม จับห่อตัว หรือใส่เสื้อผ้าเต็มทีเวลานอน
ปัญหาที่พบบ่อยคือ ผดผื่น เด็กทารกตัวน้อย ๆ จะซีดร้อนกว่าผู้ใหญ่หรือเด็กโต เพราะตอมเหงื่อยังทำงานไม่สมบูรณ์
การขับเหงื่อออกมายังยังทำได้ไม่เต็มที่นักผดเกิดจากท่อเหงื่อเกิดการอุดตัน
ทำให้ผิวหนังส่วนนั้นเกิดการอักเสบเป็นผื่นผดขึ้น มีลักษณะเป็นตุ่มแดงๆ ขนาดเล็ก และมีน้ำใส ๆ (เหงื่อ)
อยู่ตรงกลาง ทำให้เกิดตุ่มหนองเล็ก ๆ ซึ่งอาจลุกลามกลายเป็นฝีได้

วิธีแก้ไขคือ อย่าห่อหุ้มตัวลูกน้อยมาก ใส่เสื้อผ้าเนื้อบาง ๆ อาบน้ำให้บ่อย ๆ อยู่ในที่ ๆ มีลมโกรก
อากาศถ่ายเทสะดวก ไม่รอนอบอ้าว ไซแบ่งเด็กทารกตัวหรือเด็กเล็กมีอาการคัน
อาจไซแบ่งนำคาลาไมนทาจะช่วยลดอาการคันได้ค่ะ ผิวหนังที่ติดเชื่อบัคทีเรียก็พบได้บ่อยในหน้าร้อน
เพราะเชื่อบัคทีเรียที่ทำให้เป็นหนองมีมากในหน้าร้อน ถ้าเด็กอ่อนเดือนมาก
มักจะเป็นตุ่มน้ำพองใสตามบริเวณที่อับเหงื่อ เช่น ซอกคอ รักแร้ ขาหนีบ ตุ่มน้ำจะแตกง่าย เป็นรอยแดงๆ
ตรงนี้ต้องระวังและสังเกตสักหน่อย เพราะเห็นว่าเป็นตุ่มใสไม่มีหนอง เลยไม่คิดว่า ติดเชื่อบัคทีเรีย
ถ้าไม่แน่ใจพาไปให้คุณหมอดูดีกว่าคะ เพราะถ้าทิ้งไว้อาจเป็นอันตรายได้

ฉะนั้นในหน้าร้อน คุณแม่ต้องรักษาความสะอาดของผิวหนังลูกให้ดี เพื่อลดการติดเชื่อบัคทีเรีย
บางครั้งอาจต้องไซสบู่เหลวที่มีฤทธิ์เป็นกรดอ่อน ๆ
เพื่อช่วยลดเชื่อบัคทีเรียที่ผิวหนังลงบางเชื่อบัคทีเรียเลนงานลูกการติดเชื่อบัคทีเรียในเด็กเล็กหรือเด็กโตอีกชนิด คือ เชื่อบัคทีเรีย
ซึ่งมักจะเป็นตามบริเวณที่อับชื้น เช่น ซอกคอ รักแร้ ขาหนีบ จะเป็นผื่นแดงตามรอยเสียดสีสกอน
ตอม่าผื่นจะมีขอบเขตชัดเจน และมีผื่นเล็ก ๆ กระจายออกไปรอบ ๆ

การดูแลรักษา ก็คือทำความสะอาด อย่าให้บริเวณนั้นอับชื้น โดยเฉพาะบริเวณขาหนีบ ก้น
ซึ่งมักจะหมักหมมอยู่ในผ้าอ้อมที่ซับซึมนาน เพราะคุณแม่บางคนไม่ค่อยได้เปลี่ยนผ้าอ้อมให้หลังถ่ายแล้ว
ทำให้เกิดผื่นแพ้ผ้าอ้อมก่อนก็ได้ แล้วมีการ

ติดเชื่อบัคทีเรียแทรกซ้อนตามมาหากเป็นเช่นนั้น ควรเลิกไซผ้าอ้อมสำเร็จรูปหรือผ้าอ้อมหุญา ๆ ไซควา
จนกว่าจะได้ไซยาทาผื่นสำหรับเชื่อบัคทีเรียหายเสียก่อน ความจริงหมอกก็ไม่อยากแนะนำให้ไซผ้าอ้อมหนาๆ
เพราะมักดูดซึมความชื้นได้ไม่ดี ควรไซผ้าอ้อมแบบธรรมดา เปียกเมื่อไรก็เปลี่ยนทันที
และเปลี่ยนกนลูกให้ถูกลมบาง โอกาสที่จะเกิดผื่นผ้าอ้อม และติดเชื่อบัคทีเรียก็จะมีน้อยลง

ผื่นภูมิแพ้ก็น่าหน้าร้อน

ผื่นอีกชนิดที่อาจพบบ่อยในหน้าร้อนคือ ผื่นภูมิแพ้ ซึ่งมักจะเป็นโรคที่มีการถ่ายทอดทางพันธุกรรม

โดยคุณพ่อคุณแม่ คุณปู่คุณย่า หรือคุณตาคุณยาย อาจเป็นโรคในกลุ่มนี้ เช่น โรคหอบหืด โรคแพ้อากาศ หรือผื่นภูมิแพ้ก็ได้ ผื่นภูมิแพ้จะมีอาการมากขึ้นในหน้าร้อน โดยการระคายเคืองจากเหงื่อ เพราะผิวของเด็กที่เป็นโรคนี้จะไวต่อสิ่งกระตุ้นมากกว่าเด็กปกติมาก ถ้าเป็นเจตวันน้อยอ่อนเดือน ผื่นมักจะ เป็นมากที่แก้ม ใบหน้า และตามแขนขาตามนอกที่สัมผัสกับที่นอน โดยเฉพาะเวลาที่มี

เหงื่อออกมากในหน้าร้อน ลูกจะคันมาก ร้องกวน หรือถ้าลูกเกาได้แล้วก็เกาจนเลือดไหลได้ ถ้าเป็นในเด็กโต ก็มักจะ เป็นผื่นบริเวณข้อพับ แขนขา ซอกคอ ที่มีเหงื่อออกมาก

วิธีป้องกันคือ ระวังอย่าให้เหงื่อออกมาก อาบน้ำให้บ่อยๆ แต่ไม่ควรใช้สบู่ฟอกบ่อย เพราะจะทำให้ผิวแห้ง ผิวหนึ่งจะอักเสบและคันมากขึ้นไม่ควรตัดเล็บลูกให้สั้น เพื่อไม่ให้ลูกเกา เพราะจะยิ่งทำให้ผื่นกำเริบ ผ่าพุทที่นอน เสื้อผ้า ควรซักผึ่งซักฟอกออกให้หมด เพราะถ้าตกค้างอยู่ เมื่อโดนกับเหงื่อจะทำให้ผิวหนึ่งเห่อมากขึ้นจากการระคายเคืองต่อผงซักฟอก หากเป็นมาก ควรพาลูกน้อยไปพบแพทย์ เพื่อให้ยาทาลดการอักเสบของผิวหนึ่ง และอาจต้องให้ยากินเพื่อลดอาการคันด้วย

เห็นมัยยะ นอกจากจะร้อนดับแตกแล้ว อากาศหน้าร้อนยังนำเชื้อต่างๆ มาแผ้วพาลผิวลูกอีก แต่ก็ไม่ต้องกังวลคะ หมั่นดูแลรักษาความสะอาดให้ผิวลูก ผดผื่นหน้าร้อนก็ทนเป็นแขกไม่ได้รับเชิญอยู่ได้ไม่นานหรอกคะ

ก่อนไปโตคลื่น..อย่าลืม

หน้าร้อน คุณแม่ส่วนใหญ่จะพาลูกน้อยไปตากอากาศชายทะเล จึงมักจะมาถามหมอเสมอว่า ควรเตรียมอะไรไปบ้าง ไปทะเลก็คงต้องเตรียม..

เรื่องยาแก้แพ้ อาจจะไม่จำเป็นต้องพกที่ทะเล เช่น ตัวบั้งกัด ทำให้เป็นตุ่มนูนแดงบวมได้ หรือเด็กโตอาจเล่นน้ำแล้วโดนแมงกะพรุนไฟ ถ้าเจอแบบนี้ต้องรีบล้างทำความสะอาด เก็บผักบุงทะเลบริเวณนั้น เอามาบดแล้วทาบริเวณที่โดนแมงกะพรุน จะช่วยลดอาการได้ จะให้ตีครีมเตรียมแอมโมเนียไปด้วยดีกว่า เพราะใช้ล้างแผลและช่วยลดพิษของแมงกะพรุนได้ดี จากนั้นคอยทาด้วยครีมคอร์ติโคสเตอรอยด์แก้มื่นแพตอ ก็จะช่วยลดอาการผื่นแพจากแมงกะพรุนลงได้

สิ่งสำคัญอีกอย่าง คือคุณแม่ต้องทราบก่อนว่า ลูกน้อยแพ้อาหารทะเลหรือไม่ เพราะอาจเกิดลมพิษจากการแพ้อาหารทะเล บางรายอาจแพ่มากจนหน้าตาบวม ปากบวม มีผื่นลมพิษหนาทึบตามตัวถ้าเป็นเช่นนี้ ต้องรีบพาไปพบแพทย์ที่ใกล้ที่สุด เพื่อฉีดยาแก้แพ้ให้ทันเวลาที่ เพราะอาจทำให้เกิดอาการหายใจขัด หายใจไม่ออกจากการบวมของหลอดลมหรือกล่องเสียงอุดตันทางเดินหายใจได้

ขอบคุณข้อมูลจาก :: <http://www.momypedia.com/>