

Rất nhiều người bị bệnh ngứa toàn thân mỗi khi trộm i lnh, đặc biệt trộm i càng lnh càng ngứa dữ dội. Nguyên nhân là khi trộm i tiệt khô lnh, da ít tiệt mồ hôi và các axit hữu cơ khi lnh da bị khô và nứt nẻ sinh ngứa.

### **Da bị khô gây ngứa**

Theo các bác sĩ chuyên khoa da liễu, ngoài các nguyên nhân gây ngứa do viêm da như mề đay, vẩy nến, á sảng, mẩn ngứa,... thì hiện tượng ngứa khi trộm i lnh là do chức năng điệt tiệt của tuyến mồ hôi, tiệt bã nhờn nên làm cho da bị khô. Bình thường da tiệt ra nhúng chứa hữu cơ như axit organic cùng với mồ hôi. Các axit hữu cơ có tác dụng giữ cho da nhúng, đàn hồi chống lại sự xâm nhập của các loại vi khuẩn, nấm, ký sinh trùng, bọ i bọ n... Khi trộm i tiệt khô lnh, da ít tiệt mồ hôi và các axit hữu cơ khi lnh da bị khô, và nứt nẻ sinh ngứa.

Biểu hiện của tình trạng ngứa do trộm i lnh có thể tạm lâm râm đến dữ dội, nhất là vào ban đêm khi ngủ. Nhiều người do ngứa không chịu đắp c gãi làm trộm y xước da, chảy máu, tở điệt u kiến cho vi khuẩn xâm nhập gây nhiễm trùng.

### **Vệ sinh da để hnh chng**



Bôi kem dưỡng ẩm phù hợp sau khi tắm.

Các bác sĩ da liễu cho biết, ngộ a do thời tiết chuyển đổi từ khô i t ng đ t, không thể chữa khỏi vĩnh viễn. Nhưng thời tiết khi thời tiết ấm lên thì hiện tượng ngộ a cũng giảm hoặc chấm dứt.

Đ h n ch b ng a đ u quan trọng là c n v sinh da sạch sẽ. Vào mùa đông, c th ít t t m ôi, ít b i b m nh ng v n c n t m r a th ng xuyên, nh t là c n v sinh vùng kín, nách, b n,... da sạch, thông thoáng. Khi t m ch nên dùng n c đ m, không chà xát da m nh khi t m. Đ c biết nh ng ng i b ng a th ng r t hay ngâm mình trong n c nóng r t lâu đ cho b t ng a nh ng càng dùng n c nóng lâu càng làm cho da m t h t ch t nh n, mau khô, n t n , càng ng a h n. Khi t m xong c n lau khô n c b ng khăn bông m m, sau đó bôi kem dưỡng ẩm phù hợp lên da.

Khi b ng a d d i kéo dài, ng i b nh c n đ n c s y t chuyên khoa da liễu đ đ c ch đ nh dùng thuốc phù hợp. Không đ c t ý s d ng thuốc ho c g i m nh gây tr y x c gây nhiễm trùng, viêm da.

Hà Anh