

冬の子供の肌トラブル 予防&ケア 2

皮膚科

寒 冷 じ ん ま し ん

原因

温かい室内から寒い戸外に出るなど、寒気や冷水の刺激を受ける。

症状

皮膚の赤味、はれ。かゆみなど、非アレルギー性じんましんが出る。頭痛、めまいなどを伴うことも。

予防

じんましんが出やすい場所を冷やさない。なるべく肌を衣類で覆う。

ケア

温かくすれば、すぐにはれや赤みが引くことが多い。かゆみが強ければ、かゆみ止めを塗る

あ せ も

原因

子供は大人よりも新陳代謝が活発で、体温が高く、汗をかきやすい。子どもに服を着せすぎたり、室内が暑すぎたりすることで、冬でもあせもができる。

症状

背中やひじの内側、首、手首のくびれたところなど、白や赤色の発しんが広がり、かゆくなる。

予防

- 子どもの着衣は大人より1枚少なめくらいに。吸湿性のよい下着をつけ、汗をかいたらすぐ着替える。
- 室内を適温に保つ

ケア

保湿剤を塗ることで、ある程度防げる。あせもではなく、放置した汗にかぶれる「汗かぶれ」である場合も。両方ともかゆみ止めを塗り、患部を清潔に。ひどい場合は受診する。