

Liệu pháp Bọc vải ướt

Liệu pháp bọc vải ướt là một phương pháp hữu hiệu để điều trị bệnh chàm.

Liệu pháp bọc vải ướt là gì?

Liệu pháp bọc vải ướt là một phương pháp giúp điều trị bệnh chàm (viêm da cơ địa). Việc bọc vải ướt có thể giúp:

- Tăng khả năng hấp thụ kem dưỡng ẩm vào da
- Tăng mức hấp thu vào da của thuốc steroid thoa tại chỗ để giúp nhiều chất thuốc đến với vùng da bị bệnh hơn
- Có tác dụng như một rào cản để giữ cho con quý vị không gãi cào, có thể giúp cho cháu ngủ tốt hơn

Khi nào nên sử dụng liệu pháp này?

Việc bọc vải ướt thường được dùng khi bệnh chàm bùng phát nghiêm trọng. Thường thì phương pháp này chỉ được áp dụng trong một vài ngày nhưng nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có thể yêu cầu quý vị áp dụng lâu hơn. Việc bọc vải ướt cũng được sử dụng khi không dùng thuốc steroid thoa tại chỗ để giúp cho kem dưỡng ẩm có tác dụng tốt hơn và giúp ngăn ngừa tình trạng bùng phát bệnh.

Tôi cần có các vật dụng gì?

Trước khi quý vị bắt đầu bọc vải ướt, hãy chuẩn bị những thứ sau đây:

- Thuốc mỡ steroid thoa tại chỗ do nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe kê toa cho con quý vị.
- Kem dưỡng ẩm (chất làm mềm da) – chúng tôi đề nghị dùng một loại thuốc mỡ nhờn và trong như là Vaseline.
- Hai lớp vải bọc 100% cotton tùy theo quý vị lựa chọn: một lớp để làm ẩm và một lớp được giữ khô. Lớp làm ẩm phải ôm sát hoặc vừa khít.

Tôi nên chọn loại vải bọc nào?

- Chọn loại vải bọc mà sẽ có tác dụng tốt nhất cho phần cơ thể quý vị muốn bọc lại. Sau đây là một số ví dụ:
- Băng gạc: phù hợp cho bất kỳ phần nào của cơ thể nhưng có thể tốn kém.
- Bộ đồ ngủ vải 100% cotton ôm sát: sử dụng khi chứng phát ban lan rộng.
- Vớ bằng vải cotton 100%: sử dụng khi bệnh chàm xuất hiện kéo dài ở bàn tay và bàn chân.
- Vớ người lớn bằng vải cotton 100%: nếu cắt một lỗ nhỏ ở phần đầu ngón chân của chiếc vớ người lớn thì quý vị sẽ có một miếng vải bọc tuyệt vời mà có thể dễ dàng đeo vừa vào cánh tay hoặc chân. Quý vị có thể di chuyển vớ lên xuống nếu cần.

Để biết thêm thông tin

- Khoa da liễu
206-987-2158
- Hỏi người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của con quý vị
- seattlechildrens.org

Dịch vụ thông dịch miễn phí

- Nếu ở bệnh viện, hãy hỏi y tá của con quý vị.
- Nếu ở bên ngoài bệnh viện, hãy gọi Đường dây Thông dịch dành cho Gia đình miễn phí theo số 1-866-583-1527. Cho thông dịch viên biết tên hay số máy lẻ của người quý vị cần gặp.



Việc bọc vải ướt được thực hiện như thế nào?

Tốt nhất là bọc vải ướt sau khi tắm, nhưng có thể thực hiện bất kỳ thời gian nào trong ngày. Nói chuyện với con quý vị về việc bọc vải ướt vài ngày trước khi bắt đầu thực hiện để cháu hiểu tại sao quý vị lại bọc vải ướt lên người cháu. Việc tặng phần thưởng (tạo động lực tích cực) cho cháu vì đã bọc vải ướt có thể là điều giúp ích. Quý vị cũng có thể cho lớp vải ướt vào máy sấy trong 5 đến 10 phút để làm ấm trước khi bọc.

Các bước để mặc vải bọc ướt lên người:

1. Thoa thuốc mỡ tẩm thuốc lên vùng da bị viêm của con quý vị theo chỉ dẫn. (Bỏ qua bước này nếu nhà cung cấp dịch vụ của quý vị chỉ yêu cầu dùng vải bọc ướt để giữ ẩm cho da.)
2. Thoa một lớp kem dưỡng ẩm (chất làm mềm) dày lên những khu vực quý vị chưa thoa thuốc, hoặc theo chỉ dẫn của nhà cung cấp dịch vụ.
3. Nhúng một lớp vải bọc vào nước ấm.
4. Vắt hết nước thừa cho đến khi nó chỉ còn ẩm/hơi ướt.
5. Bọc phần da bị bệnh bằng lớp vải ướt này. Đảm bảo không quấn vải quá chặt.
6. Ngay lập tức đặt một lớp vải khô (gạc khô, tất/quần áo/đồ ngủ 100% cotton) lên trên lớp vải ướt. Không cần che lại bằng giấy ny lông.
7. Cố gắng giữ cho con quý vị ở nơi ấm áp hoặc đắp mền.
8. Vải bọc ướt có tác dụng tốt nhất nếu để trong 1 đến 2 giờ, nhưng thậm chí 20 phút cũng có thể giúp ích. Đôi khi chúng được để trên người qua đêm miễn là không bị khô. Như thường lệ, hãy làm theo những lời khuyên cụ thể từ nhà cung cấp dịch vụ của quý vị về mức độ thường xuyên và thời gian dùng liệu pháp bọc vải ướt.
9. Sau khi hoàn tất, hãy tháo lớp vải bọc và thoa kem dưỡng ẩm lên toàn bộ cơ thể.
10. Vứt bỏ băng gạc đã sử dụng để bọc. Quý vị có thể giặt và tái sử dụng vải bọc cotton.
11. Nếu quý vị có bất cứ thắc mắc nào thì vui lòng liên lạc với nhà cung cấp dịch vụ y tế của con quý vị.

Tôi có thể tìm hiểu thêm thông tin ở đâu?

- Tờ thông tin của bệnh viện có tựa đề “Viêm da Cơ địa (Bệnh chàm)” seattlechildrens.org/pdf/PE573V.pdf
- “Eczema: Atopic Dermatitis” (Bệnh chàm: Viêm da cơ địa) của KidsHealth kidshealth.org/en/parents/eczema-atopic-dermatitis.html
- Trung tâm Điều trị Bệnh viêm da và Bệnh chàm của Bệnh viện Nhi đồng Rady eczemacenter.org

Wet Wrap Therapy

Wet wrap therapy is a useful tool to treat eczema.

What is wet wrap therapy?

Wet wrap therapy helps treat eczema (atopic dermatitis). Wet wraps can help:

- Increase absorption of moisturizers into the skin
 - Increase absorption of topical steroids into the skin, so more medicine is delivered to the affected areas
 - Act as a barrier to keep your child from scratching, which can help your child sleep better
-

When are they used?

Wet wraps are usually for severe eczema flare-ups. Normally, you use them only for a few days, but your healthcare provider may tell you to use them longer.

Wet wraps can also be used without topical steroids to help moisturizers work better and to help prevent flares.

What supplies do I need?

Before you do a wet wrap, gather these supplies:

- Topical steroid ointment prescribed by your child's healthcare provider
 - Moisturizer (emollient): we suggest a clear, greasy ointment like Vaseline
 - Two 100% cotton layers of a wrap of your choice: one for a wet layer and the other for a dry layer. The wet layer needs to be snug or fitted.
-

What kind of wrap do I choose?

Choose the wrap that works best for the part of the body you are covering. Here are some examples:

- Gauze: for any body area, but can be expensive
 - Fitted 100% cotton pajamas: for more widespread rash
 - 100% cotton socks: for stubborn eczema on the hands or feet
 - 100% cotton adult socks: if you cut a small hole in the toe of an adult sock, the wrap will fit easily over an arm or a leg. Move it up or down as needed.
-

How do I apply the wet wrap?

- It is best to apply a wet wrap after a bath, but it can be done any time of the day. Talk to your child about the wet wrap a few days before you start putting them on so they understand why you are putting them in wet clothes. It can help to offer rewards (positive incentives) for wearing them. You can also put the wet layer in a dryer for 5 to 10 minutes to warm them for application.
-

1 of 2

To Learn More

- Dermatology
206-987-2158
- Ask your child's healthcare provider
- seattlechildrens.org

Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.



Seattle Children's
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

Steps for applying the wet wrap:

1. Apply the medicated ointment to your child's inflamed skin as directed. (Skip this step if your provider has asked you to apply wet wraps just for moisturizing.)
2. Apply a generous layer of moisturizer (emollient) to the areas you have not applied medication, or as directed by your provider.
3. Soak one layer of wrap in warm water.
4. Wring out excess water until it is damp/slightly wet.
5. Wrap the affected area with this wet layer. Make sure it is not too tight.
6. Immediately put on the dry layer (dry gauze, 100% cotton sock/clothing/pajamas) over the wet layer. Do not cover with plastic.
7. Try to keep your child in a warm environment or cover them with a blanket.
8. Wet wraps work best if left on for 1 to 2 hours, but even 20 minutes can help. Sometimes they are left in place overnight as long as they do not dry out. As always, follow the specific advice of your provider for frequency and duration of wet wrap therapy.
9. Once you are done, remove the wraps and apply moisturizer to the entire body.
10. Throw away used gauze wraps. You may wash and reuse cotton wraps.
11. If you have any questions or concerns, contact your child's provider.

Where can I find more information?

- Our handout "Atopic Dermatitis (Eczema)" seattlechildrens.org/pdf/PE573.pdf
- "Eczema: Atopic Dermatitis" from KidsHealth kidshealth.org/en/parents/eczema-atopic-dermatitis.html
- Eczema and Inflammatory Skin Disease Center Rady Children's Hospital eczemacenter.org