

حمام



- در وقت حمام کردن از آب نیم گرم استفاده کنید. از حمام کردن با آب سرد یا داغ اجتناب کنید.
- از محکم مالیدن با لیف، اسفنج یا برس اجتناب کنید.
- از صابون خیلی کم استفاده کنید، و فقط در نواحی که ضرورت است استفاده نمایید. بهترین ایشن صابون نرم است، مانند Vanicream، Cetaphil یا Dove بدون عطر. اگر جلد طفل تان بسیار خشک است، میتوانید به جای صابون از محلول پاک کننده طبی ملایم مانند Cetaphil یا CeraVe استفاده کنید. از استفاده از حمام حبابدار اجتناب کنید.
- طفل تان باید در مدت 10 دقیقه یا کمتر حمام کند. بعد از حمام کردن، جلد طفل تان را به آرامی با حوله خشک کنید.
- فوراً بعد از حمام کردن، برای حفظ رطوبت جلد طفل تان از مرطوب کننده استفاده نمایید.

مرطوب کننده ها و دواها

- طفل تان باید چند دفعه در روز از مرطوب کننده های بدون عطر برای تمام بدن استفاده کند. این مهمترین کار فوراً بعد از حمام کردن است.
- مرطوب کننده های مناسب در زمستان: کرم Cetaphil، کرم CeraVe، Vanicream، Aquaphor یا ژیل پترولیوم Vaseline.
- مرطوب کننده های مناسب در تابستان، اگر بقیه خیلی غلیظ هستند: محلولهای طبی مانند Cetaphil، CeraVe، Vanicream، Aveeno، Lubriderm، Moisturel یا Curel.
- کرمها و پمادهای تجویزی را فقط روی قسمتهای آسیب دیده جلد طفل تان بمالید. بهتر است کرمهای مرطوب کننده را در تایم متفاوت از وقت مصرف دوا روی تمام بدن طفل تان بمالید. اگر طفل تان آنها را در یک وقت استفاده میکند، همیشه ابتداء باید پمادها یا کرمهای تجویزی استفاده شود.

نکات دیگر

- برای شستن البسه، از مقدار کمی از محصولات لباسشویی بدون عطر و رنگ، مانند All Free Clear یا Tide Free استفاده کنید. اگر این کار را امتحان کرده اید اما طفل تان همچنان مشکل جلدی دارد، میتوانید البسه را بعد از شستن دوباره آب بکشید. در وقت شستن یا خشک کردن البسه از استفاده از نرم کننده های معطر و ورقهای خشک کن اجتناب کنید.
- طفل تان از موارد ذیل اجتناب کند:
- ادکلن، عطر، اسپری، Febreze، پودر و غیره.
- پوشیدن البسه تنگ یا درشت. البسه پشمی و البسه نو میتواند محرک باشد.
- سونا، جکوزی و حمام بخار. درجه حرارت خانه را سرد نگه دارید.
- در صورت خشکی شدید، یک آله مرطوب کننده یا بخارساز میتواند مفید باشد. بخاطر داشته باشید که آن را پاک نگه دارید، در غیر این صورت ممکن است کپکها در ساحات مرطوب شده پخش گردد.

خدمات ترجمانی رایگان

- در شفاخانه، از نرس تان سؤال کنید.
- در خارج از شفاخانه، با لین رایگان ترجمان فامیلی به نمبر 1-866-583-1527 به تماس شوید. نام یا نمبر داخلی مورد ضرورت خود را به ترجمان بگویید.

برای معلومات بیشتر

- درماتالوجی
- 206-987-2158
- با ارائه دهنده خدمات صحی فرزندتان به تماس شوید
- seattlechildrens.org



Seattle Children's®
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

Seattle Children's خدمات ترجمان رایگان را برای مریضان، اعضای فامیل و نمایندگان قانونی مریضانی که ناشنوا یا کم شنوا هستند یا به لسانی غیر از انگلیسی صحبت میکنند، ارائه میدهد. Seattle Children's، در صورت درخواست، این معلومات را در فارمت های بدیل در دسترس قرار میدهد. با Family Resource Center (سنتر منابع فامیلی) به نمبر 206-987-2201 به تماس شوید. این رهنمود توسط کارمندان کلینیکی در Seattle Children's بررسی شده است. البته، ضروریهای شما خاص است. قبل از اقدام یا اعتماد به این معلومات، لطفاً با ارائه دهنده مراقبت های صحی خود صحبت کنید.

© 2024 Seattle Children's, Seattle, Washington. همه حقوق محفوظ است.

Dry Skin Care

Bathing



- Use lukewarm water while bathing. Avoid hot or cold water.
- Avoid hard scrubbing with a washcloth, sponge or brush.
- Use very little soap, and only use in areas where it is needed. A mild soap is best, like Cetaphil, Vanicream or unscented Dove. If your child's skin is very dry, you can use a gentle cleansing lotion like Cetaphil or CeraVe instead of soap. Avoid using bubble bath.
- Your child should bathe for 10 minutes or less. After bathing, gently pat your child's skin dry with a towel.
- Use moisturizer on your child's skin right after bathing to keep in moisture.

Moisturizers and medicines

- Your child should use unscented moisturizers several times a day over the whole body. This is most important right after bathing.
 - Good moisturizers in the winter: Cetaphil cream, CeraVe cream, Vanicream, Aquaphor or Vaseline petroleum jelly.
 - Good moisturizers in the summer, if the others are too thick: lotions like Cetaphil, CeraVe, Vanicream, Aveeno, Lubriderm, Moisturel or Curel.
- Only put prescription creams and ointments on affected parts of your child's skin. It is best to put moisturizers over your child's whole body at a different time from when medicine is put on. If your child puts them on at the same time, prescription ointments or creams should always go on first.

Other tips

- To wash clothes, use a small amount of unscented, dye-free laundry products, like All Free Clear or Tide Free. If you try this and your child still has skin problems, you can also try rinsing clothes again after washing. Avoid scented fabric softeners and dryer sheets while washing or drying clothes.

Have your child avoid:

- Colognes, perfumes, sprays, Febreze, powders etc.
- Tight or rough clothing. Wool clothes and new clothes can be irritating.
- Saunas, hot tubs, and steam baths. Keep the temperature at home on the cool side.
- For extreme dryness, a humidifier or vaporizer may help. Remember to keep it clean, or molds may spread through the humidified area.

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 offers free interpreter services for patients, family members and legal representatives who are deaf or hard of hearing or speak a language other than English. Seattle Children's will make this information available in alternate formats upon request. Call the Family Resource Center at 206-987-2201. This handout has been reviewed by clinical staff at Seattle Children's. However, your needs are unique. Before you act or rely upon this information, please talk with your healthcare provider.

© 2022 Seattle Children's, Seattle, Washington. All rights reserved.

8/22
PE572