

Догляд за сухою шкірою

Купання



- Для купання використовуйте теплу воду. Уникайте занадто гарячої або холодної води.
- Не рекомендується користуватися мочалками з грубих матеріалів або щіткою.
- Використовуйте дуже маленьку кількість мила лише в тих місцях, де це необхідно. Найкраще підійде легке кремове мило, наприклад Cetaphil, Vanicream або мило Dove без ароматизаторів. Якщо шкіра Вашої дитини дуже суха, використовуйте ніжний очищаючий лосьйон, наприклад Cetaphil або CeraVe, замість мила. Приймати ванну з піною не рекомендується.
- Вашу дитину слід купати 10 хвилин або менше. Після купання обережно витріть шкіру дитини рушником.
- Нанесіть зволожуючий крем на шкіру Вашої дитини відразу після купання, щоб утримувати вологу.

Зволожувачі та лікарські засоби

- Потрібно наносити зволожуючі засоби без ароматизаторів на все тіло Вашої дитини кілька разів на день. Це найважливіше відразу після купання.
 - Хороші зволожуючі засоби для застосування взимку: крем Cetaphil, крем CeraVe, Vanicream, Aquaphor або вазелінове нафтове желе.
 - Хороші зволожуючі засоби для застосування влітку, якщо інші занадто густі: лосьйони на зразок Cetaphil, CeraVe, Vanicream, Aveeno, Lubriderm, Moisturel або Curel.
- Креми та мазі, що відпускаються за рецептом, потрібно наносити лише на уражені ділянки шкіри Вашої дитини. Найкраще наносити зволожуючі засоби на все тіло Вашої дитини не одночасно з нанесенням лікарського препарату. Якщо Ваша дитина наносить їх одночасно, мазі або креми, що відпускаються за рецептом, завжди потрібно наносити в першу чергу.

Інші поради

- Для прання одягу використовуйте невелику кількість засобів для прання без запаху та барвників, наприклад All Free Clear або Tide Free. Якщо ви спробуєте так робити, але у Вашої дитини все ще будуть зберігатися проблеми зі шкірою, ви також можете спробувати ще раз прополоскати одяг після прання. Уникайте використання ароматизованих пом'якшувачів тканини та серветок із антистатиком під час прання або сушіння одягу.
- Вашій дитині потрібно уникати:
 - одеколонів, парфумів, спреїв, засобу для видалення запахів Febreze, пудри тощо;
 - тісного або грубого одягу; вовняний та новий одяг можуть викликати подразнення;
 - сауни, гарячих та парових ванн; підтримуйте температуру вдома прохолодною;
 - при сильній сухості може допомогти зволожувач або вапорайзер; не забувайте підтримувати його чистим, бо через зволожену зону може поширюватися цвіль.

Дізнатися більше

- Дерматологія
206-987-2158
- Запитайте лікаря Вашої дитини
- seattlechildrens.org

Безкоштовні послуги перекладача

- Запитайте Вашу медсестру в лікарні.
- Перебуваючи за межами лікарні, зателефонуйте на безкоштовну лінію сімейного перекладу за номером: 1-866-583-1527. Повідомте перекладачу ім'я та прізвище або додатковий номер, який Вам потрібен.



Seattle Children's
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

Лікарня Seattle Children's пропонує безкоштовні послуги перекладача для глухих пацієнтів, пацієнтів з вадами слуху або пацієнтів, які не розмовляють англійською, а також для членів їхніх сімей і законних представників. Лікарня Seattle Children's надасть цю інформацію в альтернативних форматах на запит. Зателефонуйте до Family Resource Center (Сімейний інформаційний центр) за телефоном: 206-987-2201. Цей роздатковий матеріал був перевірений клінічним персоналом лікарні Seattle Children's. Однак Ваші потреби є унікальними. Перш ніж діяти або покладатися на цю інформацію, проконсультуйтеся зі своїм лікарем.

© 2022 Seattle Children's, Seattle, Washington. Усі права застережено.

Навчання для пацієнтів і сім'ї | Дерматологія

8/22
PE572U

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