

Bệnh Dày Sừng Nang Lông

Bệnh dày sừng nang lông là gì?

Dày sừng nang lông (keratosis pilaris hay phát âm là ker-ə-TŌ-səs pi-LER-əs) là một loại phát ban thông thường. Chứng này thường thấy ở vùng ngoài của cánh tay trên, đùi và má. Vùng da phát ban bị sần sùi và có mụn nhỏ có thể nhìn và sờ thấy được. Các mụn này có thể cùng màu da hoặc hơi đỏ đỏ.

Bệnh dày sừng nang lông thỉnh thoảng gây ngứa một chút, nhưng không gây hại và cũng không đau. Một số người cảm thấy buồn phiền vì cho là trông xấu.

Nguyên nhân gây bệnh là gì?

Bệnh này xảy ra khi các tế bào da đã chết hình thành một cục xung quanh một nang lông. Các "cục" này khiến cho làn da nhám hoặc có cảm giác như "nổi da gà". Bệnh dày sừng nang lông thường nặng hơn vào mùa đông. Nhiều khi da xung quanh các mụn bị khô.

Bệnh được điều trị bằng cách nào?

Tránh những gì làm khô da (như tắm lâu bằng nước nóng, hoặc xà bông mạnh) và thoa kem dưỡng ẩm hàng ngày cho con quý vị là hai cách có thể hữu ích. Những cách này thường không chữa cho mụn mất hẳn, nhưng có thể giúp cho da trông bình thường hơn.

Kem dưỡng ẩm

Đối với nhiều trẻ em, chỉ cần dùng kem dưỡng da loại nhẹ, không kích thích da, là đủ để trị bệnh. Con quý vị nên dùng kem dưỡng ẩm 2 lần mỗi ngày, bao gồm ngay sau khi tắm xong. Một số loại kem dưỡng da có thể thử dùng là Cetaphil, Eucerin, CeraVe hay Vanicream.

Kem tẩy da chết

Đối với trẻ lớn hơn và người trưởng thành, kem tẩy da chết loại nhẹ có thể giúp ngăn chặn tế bào chết tạo cục. Quý vị có thể mua loại kem này tại tiệm thuốc. Đối với một số loại, quý vị sẽ cần xin toa thuốc từ người cung cấp dịch vụ y tế cho con quý vị.

Trong đa số trường hợp, nhóm chăm sóc sức khỏe cho con quý vị sẽ khuyên dùng:

- Loại kem có axit lactic, thí dụ như Lac-Hydrin hay AmLactin.
- Loại kem chứa axit alpha-hydroxy, như Eucerin Plus Intensive Repair
- Loại kem chứa axit salicylic như CeraVe SA

Đôi khi nhóm chăm sóc sức khỏe cho con quý vị sẽ kê toa để mua thuốc retinoid bôi dạng kem hay gel, thí dụ như Retin-A. Thuốc này phù hợp nhất với trẻ em lớn tuổi hơn, vì có thể gây khó chịu ở da của trẻ nhỏ.

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 ngoài, hãy gọi miễn phí Đường Dây Thông Dịch Dành Cho Gia Đình (Family Interpreting Line) 1-866-583-1527. Báo cho thông dịch viên biết tên hay số máy nhánh của người quý vị cần gặp.



Seattle Children's
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

Bệnh viện Nhi đồng Seattle cung cấp dịch vụ thông dịch miễn phí cho các bệnh nhân, thành viên gia đình và đại diện hợp pháp là người điếc, khiếm thính hay nói ngôn ngữ khác ngoài tiếng Anh. Bệnh viện Nhi đồng Seattle sẵn sàng cung cấp thông tin này bằng các hình thức khác theo yêu cầu. Hãy gọi Trung tâm Trợ giúp Gia đình (Family Resource Center) theo số 206-987-2201. Bản tin này đã được nhân viên phòng mạch tại Bệnh viện Nhi đồng Seattle kiểm tra lại. Tuy nhiên, bạn có những nhu cầu riêng biệt. Trước khi bạn làm theo hoặc dựa vào thông tin này, vui lòng thảo luận với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của bạn.

© 2022 Bệnh Viện Nhi Đồng Seattle, Seattle, Washington giữ tất cả bản quyền.

8/22
PE575V

Keratosis Pilaris

What it is?

Keratosis pilaris (ker-uh-TOE-siss pill-AIR-iss) is a common rash. It is usually found on the outer areas of the upper arms, thighs, and cheeks. It looks and feels like rough, small bumps. They might be the same color as the skin or slightly red.

Keratosis pilaris is sometimes a little itchy, but it is harmless and does not cause pain. It bothers some people because of how it looks.

What causes it?

It is caused by a plug of dead skin cells that forms around a hair follicle. These “plugs” give the skin a sandpapery or “goose flesh” feeling. Keratosis pilaris is usually worse during the winter months. Often, the skin around the bumps is dry.

How do you treat it?

Avoiding things that dry out the skin (like long, hot showers and harsh soaps) and using moisturizers on your child’s skin every day will help. This does not usually make the bumps go away completely, but it often improves the way they look.

Moisturizers

For many children, using a non-irritating lotion or cream will help enough. Your child should use a moisturizer 2 times a day, including right after bathing. Examples of moisturizers to try are Cetaphil, Eucerin, CeraVe or Vanicream.

Peeling lotions or creams

For older children and adults, mild peeling creams may be helpful to prevent skin plugs from forming. You can buy some of these at the drugstore. For some, you will need a prescription from your child’s provider.

Most of the time, your child’s healthcare team will recommend:

- Lotions or creams with lactic acid, like Lac-Hydrin or AmLactin
- Lotions or creams with alpha hydroxy acid, like Eucerin Plus Intensive Repair
- Lotions or creams with salicylic acid like CeraVe SA

Sometimes, your child’s health care team will order a prescription for a topical retinoid cream, lotion or gel, like Retin-A. These are best for older children, since they may irritate the skin of younger children.

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
PE575