



هَيْئَةُ الدَّوَاءِ الْمِصْرِيَّة

دليل هيئة الدواء المصرية

الإكزيما الخاص بالتعامل مع

f @egyptiandrugauthority

www.edaegypt.gov.eg





هَيْئَةُ الدَّوَاءِ الْمِصْرِيَّة

الإكزيما مرض جلدي ناتج عن التهاب الجلد، وحساسية الجلد المرتفعة، التي تكون في أغلب الأحيان لأسباب وراثية أو أسباب أخرى غير معروفة

هيئة الدواء المصرية بتقديم لك بعض النصائح للتعامل مع الإكزيما:

-استشارة الصيدلي حول بعض المرطبات غير الوصفية مثل البانثينول، للحفاظ على رطوبة الجلد.



-الرجوع إلى الطبيب أو الصيدلي لاستخدام مضادات الهميستامين لتقليل الحكة الشديدة للجلد.



-البعد عن الملابس التي تثير الجلد، مثل:
الملابس الصوفية والملابس التي تحتوي
على مواد صناعية

-لا بد من المحافظة على رطوبة الجلد باستخدام



المرطبات المناسبة، والبعد عن أنواع الصابون
والمواد الكيميائية التي تثير الجلد وتهيجه.

-تجنب التغيرات الحادة في درجات الحرارة أو
الرطوبة.



-تجنب التعرّق المفرط أو التدفئة المفرطة.

-تخفيف الضغط النفسي والتوتر.

-الوعي والانتباه لأنواع الأطعمة التي تسبب ظهور

الإكزيما ثم الحرص على تجنبه.





هَيْئَةُ الدَّوَاءِ الْمَصْرِيةِ

إيه الفرق بين الإكزيما وجفاف الجلد؟

لو بتعاني من جفاف الجلد، أو حكة بسيطة نتيجة التلامس المباشر للجلد مع الطقس البارد والرياح، أو استخدام القليل من المرطب، أو عدم شرب قدر كافٍ من الماء؛ فأنت على الأرجح تعاني فقط من **جفاف الجلد**

أما إذا وجدت جلدك جافًا لأسباب غير شائعة، أو غير معروفة، مع قدر كبير من الحكة؛ فمن المحتمل أن يكون

هذا أحد أشكال **الإكزيما**

لتشخيص الإكزيما؛ يجب استشارة الطبيب

