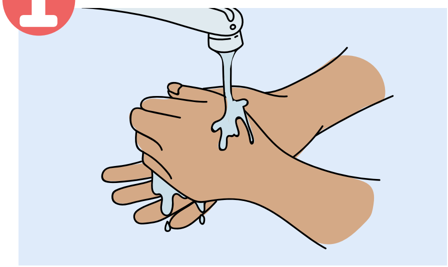
गीली ड्रेसिंग्स का उपयोग कैसे करें

गीली ड्रेसिंग्स बनाते समय पहली परत गीली होती है और दूसरी परत सूखी होती है, जो नमी को अंदर बनाए रखने में सहायता करती है। गीली ड्रेसिंग्स का उपयोग पूरे दिन के लिए नहीं किया जाना चाहिए, क्योंकि इससे त्वचा शुष्क हो सकती है।

आपको इन चीजों की आवश्यकता होगी:

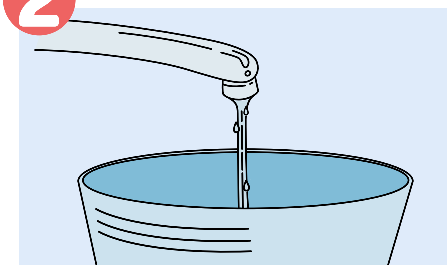
- साफ, बड़े आकार का मिश्रण बनाने का कटोरा
- गुनगुना पानी
- गीली परत के लिए लंबी सूती पैंट
- सूखी परत के लिए लंबी सूती पैंट (उदाहरण के लिए, पैजमा पैंट)
- गीली परत के लिए लंबी आस्तीन की सूती टी-शर्ट
- सूखी परत के लिए लंबी आस्तीन की सूती टी-शर्ट
- बाथ ऑयल – यदि सलाह दी गई हो, तो 1 पूरा भरा ढक्कन
- कॉर्टिसोन क्रीम या मरहम, यदि इनके लिए नुस्खा दिया गया हो
- मॉइस्चराइज़र

1



शुरू करने से पहले अपने हाथों को धोकर सुखाएँ।

2

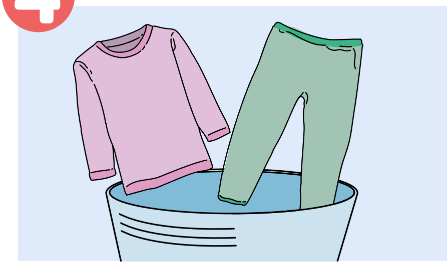


बड़े आकार के मिश्रण कटोरे को गुनगुने पानी से आधा भरें।

3

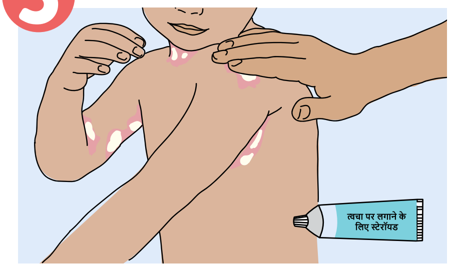
यदि सलाह दी गई हो, तो बाथ ऑयल का 1 पूरा भरा ढक्कन डालें।

4



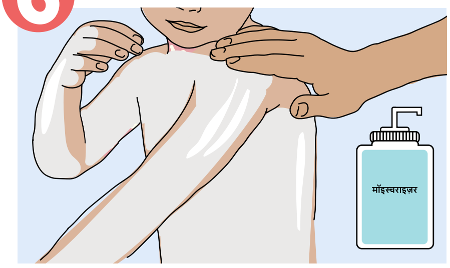
कटोरे में 1 जोड़ी पैंट और 1 लंबी आस्तीन की टी-शर्ट डालें।

5



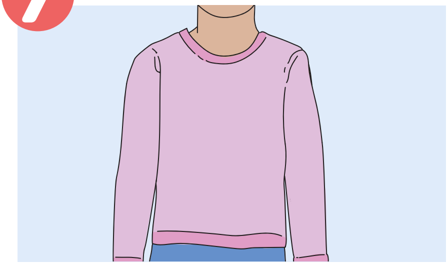
एक्ज़ीमा-ग्रस्त सभी क्षेत्रों में कॉर्टिसोन क्रीम या मलहम लगाएँ, यदि इन्हें नुस्खे में दिया गया हो।

6



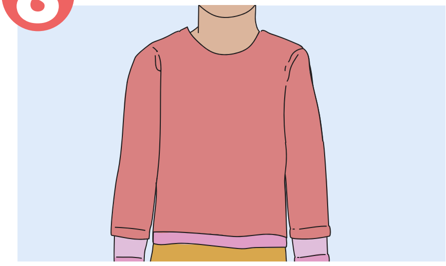
आपको गीली ड्रेसिंग्स के नीचे मॉइस्चराइज़र लगाने की सलाह भी दी जा सकती है। यदि ऐसा है, तो पूरे शरीर और चेहरे पर मॉइस्चराइज़र लगाएँ।

7



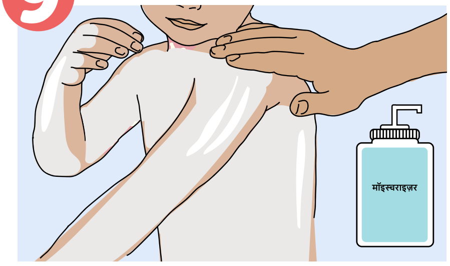
अपने बच्चे की त्वचा पर गीला कपड़ा रखें।

8



अपने बच्चे की त्वचा पर गीले कपड़े के ऊपर सूखा कपड़ा रखें।

9



गीली ड्रेसिंग्स के सूखते ही इसे हटा दें और पूरे शरीर व चेहरे पर मॉइस्चराइज़र लगाएँ।

इनके द्वारा विकसित भोजन एलर्जी रोकथाम परियोजना:

ascia australasian society of clinical immunology and allergy

national allergy council

Allergy & Anaphylaxis Australia

इस परियोजना को ऑस्ट्रेलिया सरकार के स्वास्थ्य विभाग से निधीकरण प्राप्त हुआ है

इनके द्वारा गर्वपूर्वक समर्थित: Perth Children's Hospital Foundation