

# 如何使用濕敷料

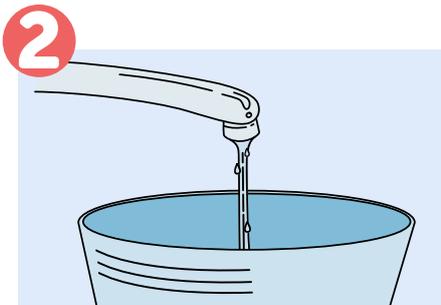
做濕敷時，第一層是濕的，第二層是乾的，這有助於保持水分。濕敷料不應一整天使用，因為這會使皮膚乾燥。

您需要以下材料：

- 乾淨的大號攪拌盆
- 微溫的水
- 用作濕敷層的棉質長褲
- 用作乾燥層的棉質長褲(例如睡褲)
- 用於濕敷層的棉質長袖 T 恤
- 用於乾燥層的棉質長袖 T 恤
- 沐浴油 – 1 瓶蓋 (如有建議)
- 可的松乳膏或軟膏 (如有處方)
- 保濕霜



1 在開始之前，請清洗並擦乾雙手。



2 使用一個大號的攪拌盆，裝半盆微溫的水。



3 加入 1 瓶蓋沐浴油 (如果推薦)。



4 將 1 條褲子和 1 件長袖 T 恤放入盆中。



5 將可的松乳膏或軟膏 (如有處方) 塗抹在所有的濕疹區域上。



6 亦可能會建議您在濕敷料下塗抹保濕霜。如有建議，在全身與面部塗抹保濕霜。



7 給孩子穿上濕衣服。



8 在濕衣服外面給孩子穿上乾衣服。



9 濕敷料乾燥後立即取下，然後在全身與面部塗抹潤膚霜。