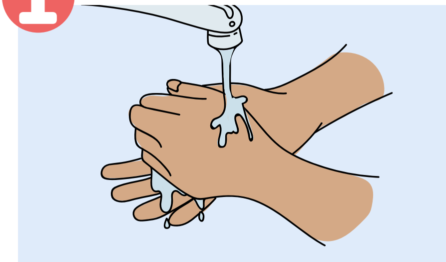
गीली ड्रेसिंग्स का उपयोग कैसे करें

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:

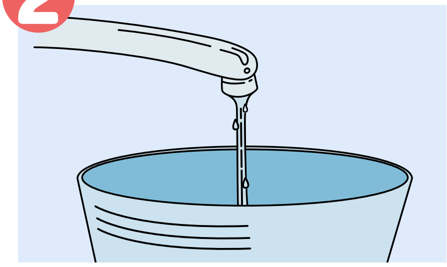
- साफ, बड़े आकार का मिश्रण बनाने का कटोरा
- गुनगुना पानी
- गीली परत के लिए लंबी सूती पैंट
- सूखी परत के लिए लंबी सूती पैंट (उदाहरण के लिए, पैजमा पैंट)
- गीली परत के लिए लंबी आस्तीन की सूती टी-शर्ट
- सूखी परत के लिए लंबी आस्तीन की सूती टी-शर्ट
- बाथ ऑयल – यदि सलाह दी गई हो, तो 1 पूरा भरा ढक्कन
- त्वचा पर लगाने के लिए स्टेरॉयड, यदि इसके 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।

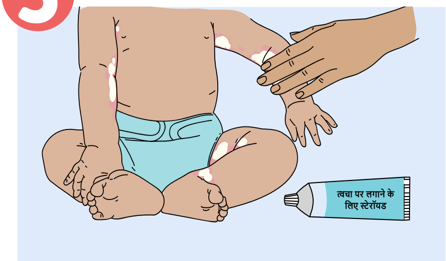
3

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

4

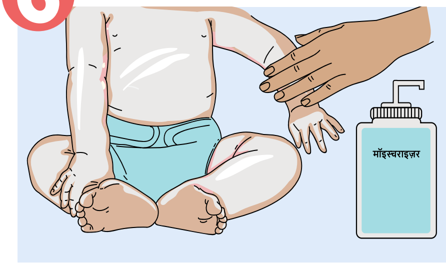
कटोरे में 1 जोड़ी पैंट और 1 लंबी आस्तीन की टी-शर्ट डालें।

5



एक्ज़ीमा-ग्रस्त सभी क्षेत्रों पर त्वचा में लगाने वाला स्टेरॉयड लगाएँ, यदि इसे नुस्खे में दिया गया हो।

6

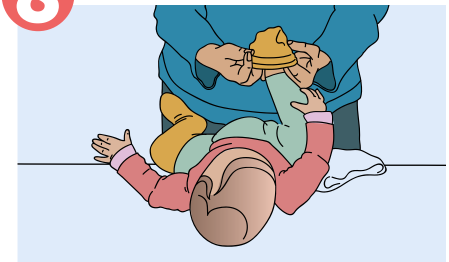


आपको गीली ड्रेसिंग्स के नीचे मॉइस्चराइज़र लगाने की सलाह भी दी जा सकती है। यदि ऐसा है, तो पूरे शरीर और चेहरे पर मॉइस्चराइज़र लगाएँ।

7

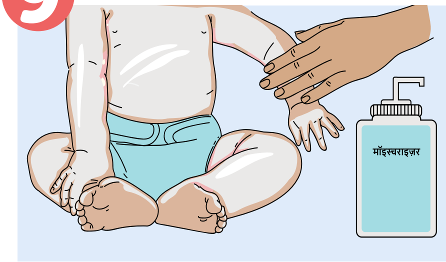
अपने बच्चे की त्वचा पर गीला कपड़ा रखें।

8



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

9



गीली ड्रेसिंग्स हटाने पर पूरे शरीर और चेहरे पर मॉइस्चराइजर लगाएँ।

इनके द्वारा विकसित भोजन एलर्जी रोकथाम परियोजना:

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

इनके द्वारा गर्वपूर्वक समर्थित: