



News Letter 2月号

お知らせ

・皮フ科・小児皮フ外来

女性医師にておこなっております。ぜひご相談ください。

木曜 10:00~12:30

土曜 9:00~12:30

※内科は通常診療時間内で診療をおこなっております。

発熱外来は当日予約制のため、お電話にてご予約をお願いいたします。

コラム

～肌がカサカサします～

乾燥肌とは、肌の水分や皮脂が不足することによって、肌の潤いがなくなっている状態を示します。予防として、以下のようなものがあります。

①入浴はぬるめの温度（38～39℃程度）にする。②身体を洗う際は、泡立てた石鹸を、手のひらを使うようにやさしく洗う。泡立てることで、直接肌に触れることがなくなり、摩擦が少なくなります。③お風呂上がりには、すぐに保湿クリームを使う。④加湿器を用いて部屋の乾燥対策を行う。⑤できるだけ刺激・摩擦の少ない衣類を着用する。衣類と肌の摩擦は、乾燥肌を引き起こす要因になります。ポリエステルやナイロンなどの化学繊維は、摩擦が強く生じます。一方で、コットンやシルクなどの天然素材は、肌触りも良く、摩擦が起こりにくいです。下着など、直接肌に触れるものを天然素材にすることが効果的でしょう。また、治療としては、乾燥を防止するためには、保湿のお薬を用います。かゆみがある場合には、抗ヒスタミン薬の内服や、炎症を鎮めるステロイド外用薬を用いることもあります。乾燥肌を放置すると、少しの刺激でかゆみが起る可能性や、皮膚炎となる場合があります。適切な予防と治療を行うことで、肌トラブルを減らしていきましょう。

2024年2月

診療時間

午前：9：00～12：30※土曜は午前のみ

午後：15：00～18：30※休診：水、日、祝



Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
28	29	30	31	1	2	3
4 休診	5	6	7 休診	8	9	10
11 休診	12 休診	13	14 休診	15	16	17
18 休診	19	20	21 休診	22	23 休診	24
25 休診	26	27	28 休診	29	1	2