



มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี



รับมือ “ผดผื่นคัน” วាយร้ายหน้าร้อน



ผดผื่นคัน เป็นอาการของผิวหนังที่เกิดจากการตอบสนองต่อ
อากาศร้อน ความชื้น หรือการอุดตันของรูขุมขน ส่งผลให้ผิวหนังระคายเคือง
มีตุ่มเล็ก ๆ ขึ้นตามร่างกาย



ผด

ลักษณะเป็น
ตุ่มเล็ก ๆ



ผื่น

ลักษณะเป็น
ปื้นนูนแดง

สาเหตุ?



อากาศร้อนและชื้น



การอุดตันของท่อเหงื่อ



สภาวะของร่างกายที่
เข้ากับสิ่งแวดล้อมไม่ได้

ผดผื่นคันมี 3 ประเภท



ผดแห้ง

เป็นตุ่มเล็กใส ไม่คัน
มักเกิดในบริเวณร่มผ้า



ผดร้อน

เป็นตุ่มเล็ก มีผื่นแดง
รอบ ๆ มีอาการคัน



ผดหนอง

เป็นตุ่มสีขาว ติดเชื้อ และมีหนอง

วิธีป้องกัน ผดผื่นคัน



เลือกเสื้อผ้า
ที่ระบายอากาศได้ดี



หลีกเลี่ยงการตากแดด
เป็นเวลานาน



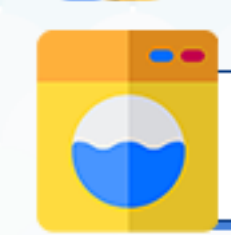
นอนพักผ่อน
ให้เพียงพอ



ทำความสะอาดร่างกาย



หลีกเลี่ยงใช้โลชั่น
ในช่วงที่อากาศร้อนมาก



รักษาความสะอาด
เสื้อผ้าและที่นอน

รู้หรือไม่ว่า?

การใช้แป้งเย็นและโลชั่นบริเวณที่เป็นผดร้อนเพื่อลดอาการคันอาจทำให้ผิวหนังแห้งและไม่ช่วย
ลดการอักเสบของผิวหนัง



LINE Ramathibodi

**RAMA
CHANNEL**

รับชมวิดีโอเพิ่มเติมได้ที่
Rama Channel

อ. พญ.สิญจวิธ วิทยากรฤกษ์
สาขาวิชาเวชศาสตร์ผู้ปวยนอกเด็กและวัยรุ่น ภาควิชากุมารเวชศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
<https://www.rama.mahidol.ac.th/infographics>