

# “ແຍ່ແນ່ໆ ..ถ้าไม่ดูแลผิวหนังช่วงหน้าฝน”



## โรคที่มากับหน้าฝน

โรคเกลื้อน โรคสังคัง  
โรคเท้าเหม็น โรคน้ำกัดเท้า  
โรคเชื้อราที่เท้า โรคพยาธิ  
ไซซอน ซึ่งโรคต่างๆ ดังกล่าวนี้อาจทำให้เกิดความรำคาญ  
กระทบกับความสวยงาม  
ตลอดจนบุคลิกภาพ

## ถึงตาย!!!..ต้องระวัง

โรคผิวหนังมักทำให้เกิดแผล  
เสี่ยงต่อการติดเชื้อโรค  
ที่มากับน้ำ เช่น โรคฉี่หนู  
และบาดทะยัก

## การดูแล

1. ซักเสื้อผ้าให้สะอาด และผึ่งให้แห้ง
2. ไม่สวมใส่เสื้อผ้าหนาๆ เพื่อลดการอับชื้น
3. หากตากฝน ควรสระผมและเป่าให้แห้งสนิทก่อนนอน
4. กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ของสัตว์ที่เป็นพาหะนำโรค
5. หากจำเป็นต้องย่ำน้ำ ควรสวมรองเท้าบูท หากต้องสัมผัสน้ำ ควรล้างเท้าด้วยน้ำสบู่และเช็ดให้แห้งทันที ถ้ามีแผลควรทำความสะอาดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ และฉีดยาป้องกันบาดทะยัก

