ATOPIC DERMATITIS OR ATOPIC ECZEMA OR SKIN ASTHMA

General information

It is not a communicable disease. It can be a hereditary or genetic. The major problem lies in the lack of the affected person to either produce NSM (natural skin moisturizer) or excessive/ fast loss of the NSM. Hence the most important treatment modality is to restore the lost moisturizer and delay or prevent the loss

Moisturizer is the most important factor for healing/preventing and delaying the episodes. It is possible once someone has atopic dermatitis they may be prone to several other skin problems which can be avoided.

Avoid

Mustard oil
Egg, fish
Synthetic clothing
Perfume, spray

Take care always

Regular, frequent moisturizer application
Shower gel
Cotton clothing

एटोपिक एक्जेमा सामान्यज्ञान

सामान्य जानकारी

यो सरूवा रोग होइन ।

यसमा किटाणु हुँदैन ।

यो बंशानुगत हुन सक्छ, त्यसैले एकै परिवारका विभिन्न सदस्यमा हुनसक्छ ।

यो हुनुको मुख्य कारण immunity रहेको छ ।

यो भएका मनिसमा छालालाई नरम राख्ने प्राकृतिक क्षमता NMF निम्न वा

(absent) हुन्छ ।

छाला केहि मात्रामा आफै नरम हुन्छ जसलाई NMF (natural moisturising factor)

यसकारण यसको मुख्य लक्षण

छाला सुख्खा हुनु,

चिलाउनु

रातो बिबिरा आउनु

समयमै उपचार नगर्दा वा उपचारपछि पनि देखरेख नपुग्दा समस्या बढ्न सक्छ

नहुने कुरा:

तोरिको तेल

अत्तर (perfume), बडि स्प्रे

अन्डा, माछा

नाईलन, पोलिस्टरका लुगा

साबुन

देखरेख सधैका लागि:

नुहाउनका लागि झोल साबुन (liquid body wash, shower gel) वा क्लेन्सर प्रयोग गर्ने ।

अनिवार्य मोइस्चराइजर प्रयोग गर्ने ।

मोस्चराइजर दैनिक ३/४ पटक प्रयोग गर्ने, नुहाएपछि र सुत्नुअघि अनिवार्य प्रयोग गर्नु पर्छ ।

मोस्च्राइजर बाहेक मोस्चराइजरको रूपमा नरिवलको तेल, जैतुनको तेल पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

सुतिको भित्री लुगा लगाउनु पर्छ ।