

## การรักษาโรคผิวหนังอักเสบที่มือ

- ทายากลุ่มคอร์ติโคสเตียรอยด์บริเวณผิวหนังอักเสบวันละ 2 ครั้ง หากผื่นหายคันอักเสบ ควรหยุดทายานี้
- ถ้าหากผื่นที่มือเกิดจากการแพ้สารสัมผัส ควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสสารต้นเหตุ ควรใช้ถุงมือ หรือ ทาครีมปกป้องผิว (barrier cream)
- กรณีที่มีผื่นผิวหนัง ควรทาผิวด้วยครีมทาผิวหรือซีพีงวาสลีนบ่อยๆ
- ควรเลือกใช้ครีมทาผิวที่ไม่มีส่วนผสมของน้ำหอม และสารกันเสีย เนื่องจากอาจทำให้แพ้ได้
- รับประทานยาแก้แพ้กลุ่มยาต้านฮีสตามีนตามที่แพทย์แนะนำเพื่อบรรเทาอาการคัน
- หลีกเลี่ยงการใช้พลาสติกปิดแผลหรือเทปกาวปิดที่ผิวหนังโดยตรง
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสน้ำผลไม้ เปลือกผลไม้ ด้านใน เนื้อสัตว์ดิบ ปลา ผักดิบ โดยเฉพาะ หัวหอม และกระเทียมด้วยมือเปล่า เนื่องจากอาจระคายผิวหนัง



หากมีอาการผื่นผิวหนังอักเสบเรื้อรังนานกว่า 2 เดือน ควรพิจารณาทำการทดสอบภูมิแพ้ผิวหนัง เพื่อหาสารที่เป็นสาเหตุของการแพ้เพื่อหลีกเลี่ยงซึ่งช่วยป้องกันการกลับเป็นซ้ำและเป็นผื่นเรื้อรัง

หากท่านต้องการปรึกษาแพทย์ผิวหนัง  
เพื่อการดูแลรักษาที่ถูกต้อง  
หรือต้องการทำการทดสอบภูมิแพ้ผิวหนัง  
โดยวิธีปิดสารทดสอบบนผิวหนัง (Patch test)



ติดต่อสอบถามได้ที่โทร 02-4197380-1

ระหว่างเวลา 13.00-15.00 น.

เพื่อมารับการตรวจในเวลาราชการ

หรือโทร 02-4199801

เพื่อมารับการตรวจคลินิกพิเศษนอกเวลาราชการ



สแกนเพื่อประเมินความพึงพอใจ  
หลังจากอ่านสื่อความรู้ด้านสุขภาพฉบับนี้

จัดทำโดย : ผศ.พญ.ปราณี เกษมสถานดี

ศ.พญ.วรัญญา บุญชัย

ที่ปรึกษา : ศ.คลินิกเกียรติคุณ พญ.พัชรี สุนทรพะลิน  
สนับสนุนการพิมพ์โดย

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ตรวจสอบเนื้อหาครั้งล่าสุดปี พ.ศ. 2564

รหัสหน่วยงาน ED

สงวนลิขสิทธิ์โดย พรบ.การพิมพ์ 2537



แผ่นพับ  
สุขภาพออนไลน์



สร้างเสริมสุขภาพศิริราช (สสศ.)



มหาวิทยาลัยมหิดล

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล



คำแนะนำสำหรับ

ผู้ป่วยโรคผิวหนัง  
อักเสบเรื้อรังที่มือ

คลินิกผื่นแพ้สัมผัส

(Contact Dermatitis Clinic)

สาขาวิชาตจอชีวเวชศาสตร์และผื่นแพ้สัมผัส  
ภาควิชาตจวิทยา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล  
มหาวิทยาลัยมหิดล

SIPI DE1092364

## ▶ โรคผิวหนังอักเสบเรื้อรังที่มือ

### ผื่นผิวหนังอักเสบเรื้อรังที่มือ

เกิดได้จากหลายสาเหตุ



**ปัจจัยภายนอกในร่างกาย** เป็นสาเหตุที่พบในผู้ป่วยส่วนมาก เช่น การสัมผัสสารที่ก่อให้เกิดการระคายเคือง ได้แก่ ผงซักฟอก สบู่ สารเคมี น้ำยาทำความสะอาดหรือเพียงน้ำประปา หากล้างมือบ่อยเกินจำเป็น หรือ ทำงานที่มือต้องเปียกน้ำอยู่เสมอ ทำให้เซลล์ผิวหนังชั้นหนังกำพร้าถูกทำลายอย่างต่อเนื่อง จึงเกิดผื่นผิวหนังอักเสบขึ้นได้ ในผู้ป่วยบางราย มีสาเหตุจากปฏิกิริยาภูมิแพ้ผิวหนังต่อสารที่สัมผัส อาจมาจากการทำงานหรืองานอดิเรก เช่น โลหะนิกเกิล ยาง น้ำหอม กาว เป็นต้น

**ปัจจัยภายในร่างกาย** เช่น โรคภูมิแพ้ผิวหนัง (atopic dermatitis) วิทยทอง เป็นต้น

### ข้อควรปฏิบัติสำหรับผู้มีผื่นผิวหนังอักเสบเรื้อรังที่มือ

1. หลีกเลี่ยงงานอดิเรก หรืองานบ้านที่ต้องสัมผัสสารเคมีที่ก่อให้เกิดการระคายเคือง เช่น กาว ตัวทำละลาย ยางสน เป็นต้น หากจำเป็นควรสวมถุงมือเพื่อป้องกัน
2. ถ้าทำการทดสอบภูมิแพ้ผิวหนังและพบสารที่เป็นสาเหตุแล้ว ควรหลีกเลี่ยงสารดังกล่าว หรือสวมถุงมือ หากไม่สามารถหลีกเลี่ยงการสัมผัสได้
3. การสวมถุงมือในแต่ละครั้งไม่ควรสวมนานกว่า 30 นาที และอาจสวมถุงมือผ้าก่อนสวมถุงมือพลาสติกหรือถุงมือยางเพื่อดูดซับเหงื่อ
4. ในขณะที่ทำงานบ้านที่ต้องสัมผัสฝุ่นหรือสิ่งสกปรกควรสวมถุงมือผ้า อาจตัดบริเวณปลายนิ้วของถุงมือออกถ้าไม่มีพื้นบริเวณนั้น เพื่อระบายเหงื่อ
5. สารเคมีบางชนิดอาจซึมผ่านถุงมืออย่างได้ เช่น น้ำยาตัดผม น้ำยาย้อมผม สารละลายต่างๆ จึงควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสสารเหล่านี้



### วิธีการล้างมือที่เหมาะสม

1. ไม่ควรล้างมือบ่อยเกิน 2-3 ครั้ง ต่อวัน
2. ล้างมือด้วยน้ำสะอาด การใช้สบู่เมื่อจำเป็นเท่านั้น
3. ควรเลือกใช้สบู่หรือครีมล้างมือที่ไม่มีสี ไม่มีกลิ่น ไม่มีส่วนผสมของยาฆ่าเชื้อ วิตามิน และน้ำหอม
4. ห้ามใช้ผงซักฟอกหรือใช้น้ำยาล้างจาน ล้างมือ
5. ห้ามใช้หินขัดหรือฟองน้ำขัดมือ
6. ไม่ควรสวมแหวน เพราะสารเคมีและสบู่อาจติดตามแหวน และทำให้ผื่นผิวหนังอักเสบที่มือเป็นมากขึ้น
7. หลังการล้างมือทุกครั้งควรเช็ดมือให้แห้ง



ผื่นผิวหนังอักเสบที่มือ แพ้ไบเบเตย น้ำยาล้างจาน