

JEB-Herlitz 患者的穿着

1. 前言

人靠衣服马靠鞍，穿着是 EB 患者日常生活中重要的内容。舒适且符合你个人品味的穿着会使你感到愉悦。

另一方面，EB 患者对衣物的材质有特殊要求。由于衣物的摩擦会给皮肤带来损伤，因此衣物上粗糙的缝接处、配饰及纽扣拉链等都是 EB 患者及家属需要考虑的问题。

要点

- 柔软、透气的材料更适合
- 避免衣服上粗糙的标签、过紧的松紧带及粗糙的接缝处。
- 将衣服反穿可以减少衣服接缝处对皮肤的摩擦，已证实对一些婴儿有帮助。

2. 合适的穿着技巧

- 材料应柔软舒适。
- 最好选择透气的材料，因为出汗可以促进水疱形成。特别合适的材料包括：棉、丝、粘胶纤维和竹纤维
- 使用亲肤的亚麻布（例如 dermasilk®品牌的衣物）可以带来很好的效果。向你的主治医生咨询是否可以通过处方获得这种衣物。
- 剪掉所有标签，避免粗糙的接缝处、窄袖口及腰带。
- 把衣服反过来穿可以减少衣服接缝处对皮肤的摩擦，已证实对一些婴儿有帮助。
- 一次性尿布或布制尿布均适合婴儿。一些家长发现布尿布没那么容易引起水疱；但另一些家长发现吸水性强的一次性尿布更好。如果一次性尿布的束带容易导致大腿根部形成水疱，你可以剪去尿布的束带或者用绷带将接触束带的腿部保护起来。
- 确保你的衣服容易穿脱，并且有足够宽的领口。
- 钮扣、拉链、鞋扣及接缝处会造成摩擦性伤口。因此，应该注意避免损伤的产生，一旦损伤发生后就需要仔细、谨慎地处理。
- 不要穿得过于保暖，因为出汗会促进水疱的形成。
- 拉伸性良好的混纺布柔软但透气性不足！
- 警惕：太多的氨纶可导致衣物与皮肤粘连！
- 预防性包扎可以防止粗糙的接缝处和纽扣可能造成的损伤。
- 连体衣（连衫裤）和吊带裤不能有过窄的腰带；针织腰带可以减少摩擦。
- 柔软、有弹性且不带弹性袜口的袜子最适宜。
- 如果你比较容易出汗，要特别关注袜子中棉或天然纤维所占的比例。