

對抗夏季皮膚疾病

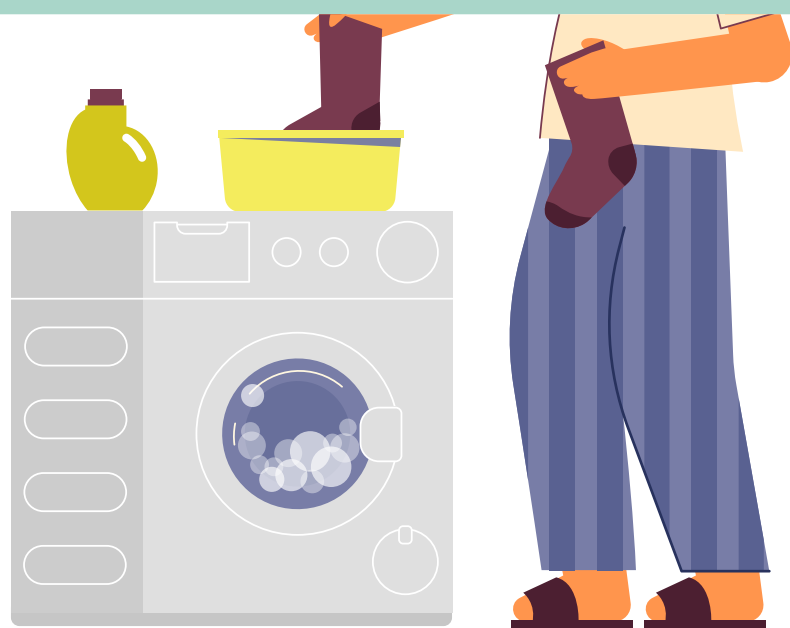
皮膚是人體最大的免疫器官，但夏季溼熱的天氣也容易使皮膚生病。



維持皮膚乾爽能有效預防皮膚疾病



穿著具有吸濕排汗效果的衣物，避免穿著貼身或緊身衣物



大量流汗要儘速擦拭或清洗，更換潮濕衣物



洗澡時水溫勿過高，並減少使用清潔力過強的沐浴用品



Combating skin ailments in summer

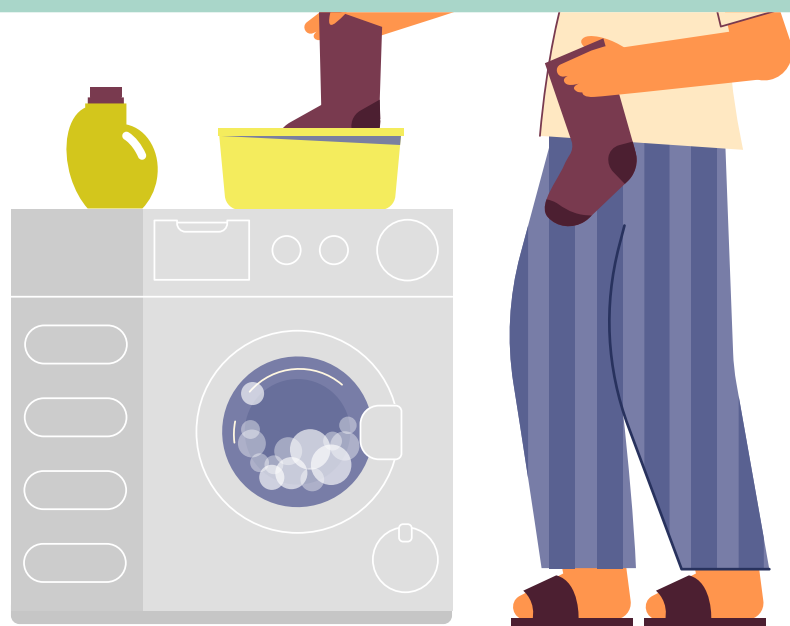
The skin is the largest immune organ of the human body, but the hot humid conditions during summer in Taiwan often causes skin ailments.



Ensuring the skin remains dry and clean is an effective way of preventing skin ailments



Wear clothing made from moisture-wicking fabric. Do not wear figure hugging or tight clothing



If you sweat profusely wipe or wash away the sweat as soon as possible and change any damp clothing



When washing make sure the water is not too hot and do not use excessively strong bath products

Melawan Penyakit Kulit di Musim Panas

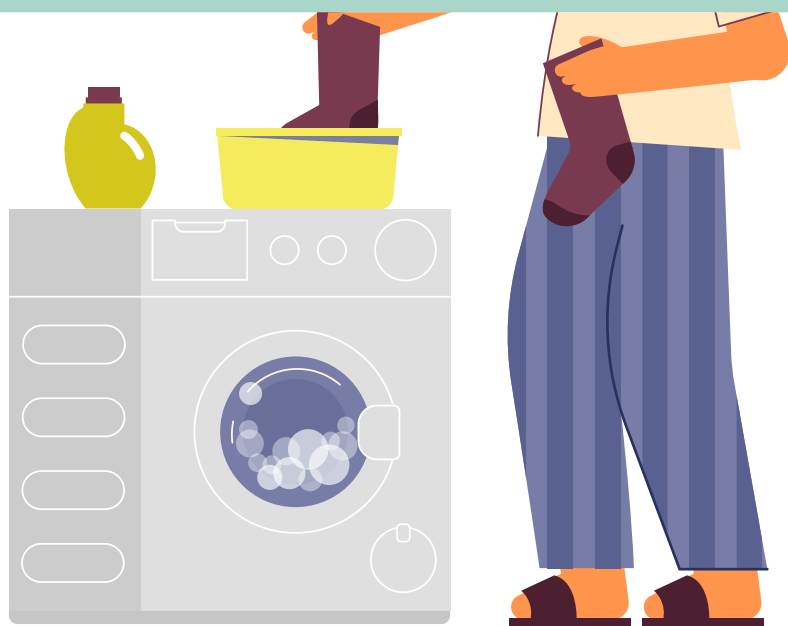
Kulit adalah organ kekebalan dengan cakupan yang paling besar dari tubuh manusia, tetapi cuaca panas dan lembap di musim panas juga mudah menyebabkan penyakit pada kulit



Menjaga agar kulit tetap kering, yang dapat mencegah penyakit kulit secara efektif



Pakaian yang dikenakan dari bahan yang menyerap keringat dan lembap, hindari mengenakan pakaian yang menempel ke tubuh atau ketat



Jika mengeluarkan banyak keringat harus secepatnya dilap atau dibersihkan, dan menggantikan dengan baju yang kering



Jangan menggunakan air dengan suhu yang terlalu panas saat mandi dan kurangi penggunaan produk mandi dengan daya pembersih yang kuat

Phòng tránh bệnh ngoài da vào mùa hè

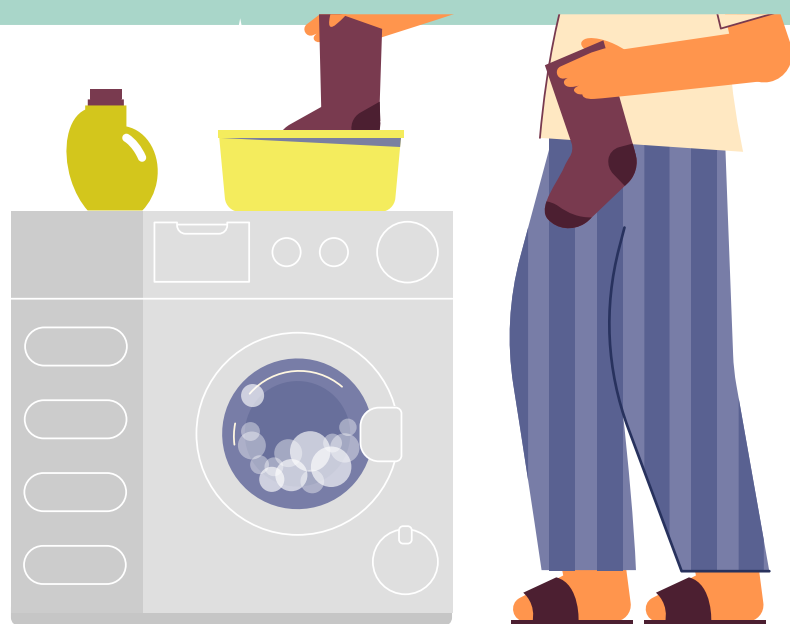
Da là cơ quan miễn dịch lớn nhất của cơ thể con người, nhưng thời tiết nóng ẩm của mùa hè khiến da dễ bị tổn thương.



Giữ cho da khô thoáng có thể ngăn ngừa hiệu quả các bệnh ngoài da



Mặc quần áo có tác dụng hút ẩm, tránh mặc quần áo chật hoặc bó sát



Đồ mồ hôi nhiều nên lau hoặc giặt càng sớm càng tốt, và nên thay quần áo ướt



Khi tắm không nên để nhiệt độ nước quá cao, hạn chế sử dụng các sản phẩm tắm gội có tính tẩy rửa mạnh



การต่อกรกับโรคผิวหนังในช่วงฤดูร้อน

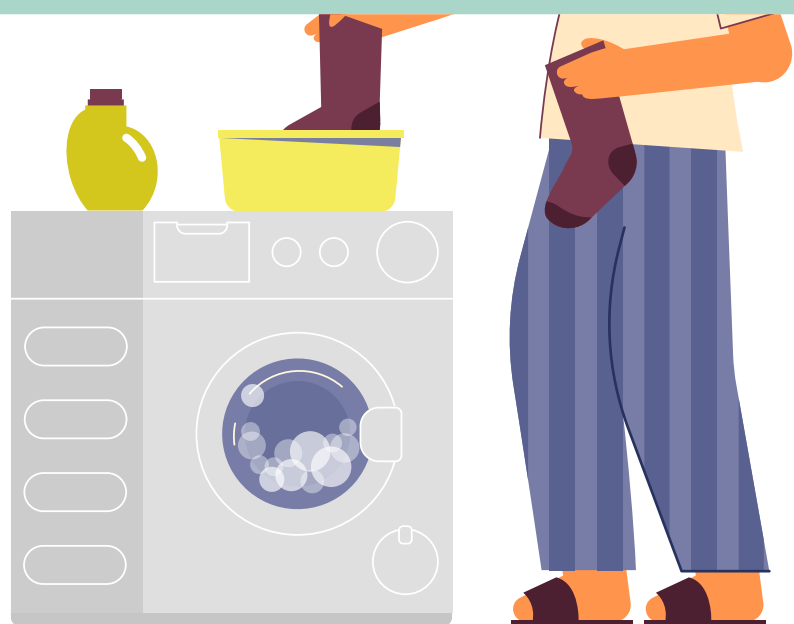
ผิวหนังเป็นอวัยวะที่มีพื้นที่มากที่สุดของร่างกาย แต่สภาพอากาศร้อนชื้นในช่วงฤดูร้อนทำให้ป่วยเป็นโรคผิวหนังได้ง่าย



ดูแลผิวหนังไม่ให้เปื่อยชื้นช่วยป้องกันโรคผิวหนังได้อย่างมีประสิทธิภาพ



สวมใส่เสื้อผ้าที่ช่วยดูดซับเหงื่อและระบายอากาศ หลีกเลี่ยงการสวมใส่เสื้อผ้าคับแน่นพอที่ตัวจนเกินไป



เมื่อมีเหงื่อออกมากๆ ต้องรีบเช็ดให้แห้งหรือชำระล้างและเปลี่ยนเสื้อผ้าทันทีที่เปื่อยชื้น



อย่าอาบน้ำที่อุณหภูมิสูงเกินไปและลดการใช้ผลิตภัณฑ์อาบน้ำที่มีฤทธิ์ทำความสะอาดเข้มข้นเกินไป

