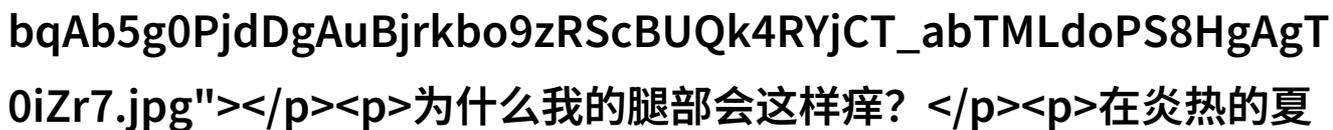


# 淑芬两腿中间痒的厉害夏季皮肤不适

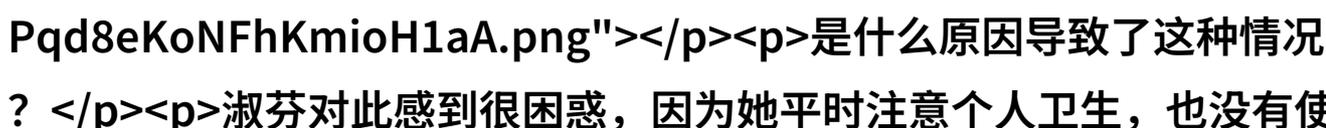
淑芬两腿中间痒的厉害

为什么我的腿部会这样痒？

在炎热的夏季，许多人都可能会遇到皮肤不适的问题。淑芬也不例外，她最近发现自己两腿中间特别痒，这种感觉让她整晚都睡不着觉。

是什么原因导致了这种情况？

淑芬对此感到很困惑，因为她平时注意个人卫生，也没有使用过激烈的化学洗涤剂。经过一番调查，她意识到可能是因为夏天气候干燥，皮肤水分流失所致。她决定采取一些措施来缓解这种情况。

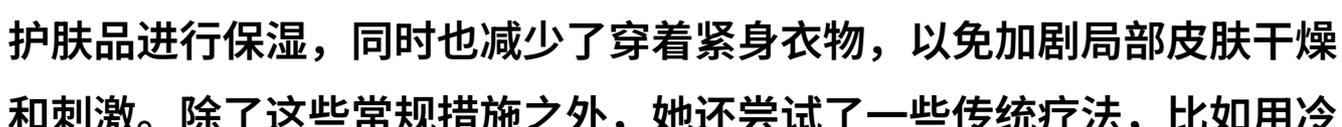
如何缓解这股难以忍受的痒感？

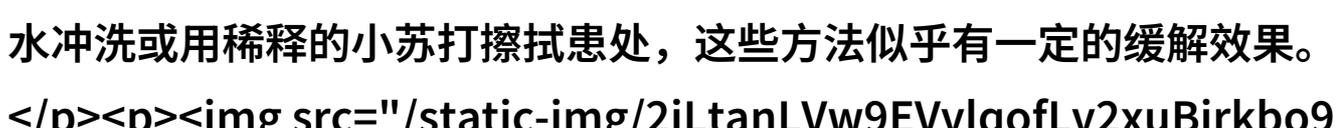
为了解决这个问题，淑芬开始每天用温和的护肤品进行保湿，同时也减少了穿着紧身衣物，以免加剧局部皮肤干燥和刺激。除了这些常规措施之外，她还尝试了一些传统疗法，比如用冷水冲洗或用稀释的小苏打擦拭患处，这些方法似乎有一定的缓解效果。

传统疗法是否

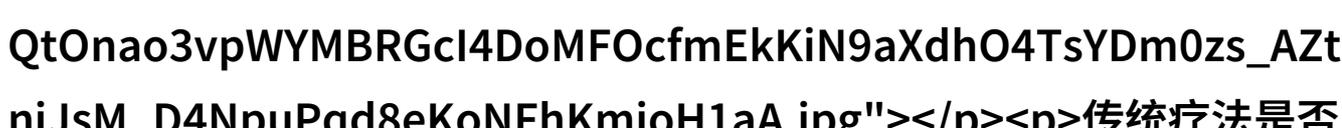






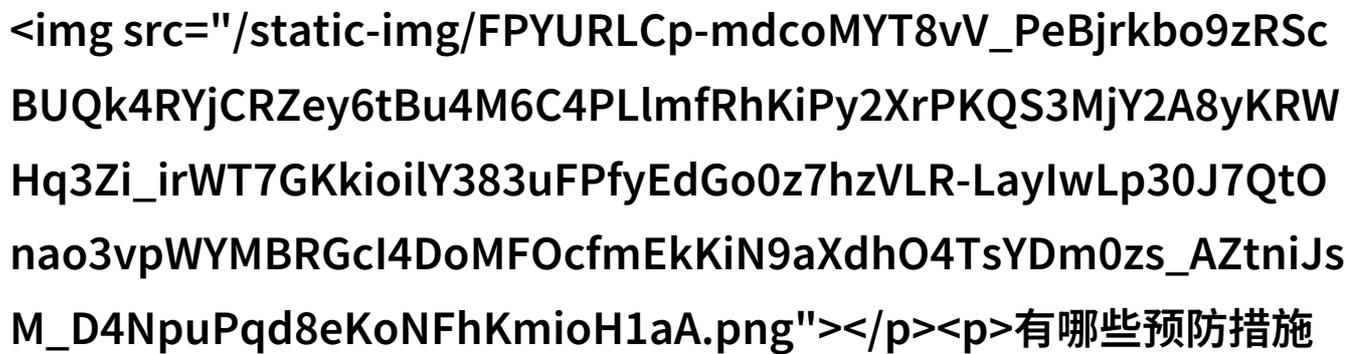






有效？

小苏打可以帮助去除身体表面的死皮细胞，并且有助于调节体内酸碱平衡，有助于消除瘙痒。但需要注意的是，小苏打应该先稀释后使用，以防造成进一步刺激。如果是由于螨虫引起的瘙痒，那么可以尝试将患处涂抹上抗生素膏或者其他抗真菌药膏来治疗。



有哪些预防措施可以采取？

为了避免未来再次发生类似的情况，淑芬学会了采取一些预防措施。在日常生活中，她更注重保持良好的个人卫生习惯，如勤洗手、勤换衣服以及定期清洁居住环境中的污垢和灰尘。此外，在炎热的一天里，她尽量选择轻薄透气的衣物，还经常喝足够多的水来补充体内水分，从而保持肌肤健康。

结论

通过以上方法，淑芬终于成功地治愈了自己的两腿中间那段时间无法忍受的情形。她认识到了夏季维持肌肤健康对于抵御各种不适至关重要，因此更加注重日常护理，以及及时处理任何出现的问题。这一次经历让她明白，每一种小小的问题都是通往更深层次理解自我需求的一个机会。

[下载本文pdf文件](/pdf/702589-淑芬两腿中间痒的厉害夏季皮肤不适.pdf)