

하루
중

유아 급성
알레르기



매일
★

10분

아토피피부염 예방 관리 수칙

1. 보습 및 피부 관리를 철저히 해야 합니다.

- 목욕은 매일 미지근한 물에 10분 내외로 합니다.
- 약산성 물비누를 사용하여 매일 목욕하고 때를 밀면 안됩니다.
- 보습제는 하루에 적어도 두 번 이상, 목욕 직후 바릅니다.
- 피부에 자극이 없는 옷을 입어야 합니다.
- 손톱, 발톱을 짧게 깎도록 합니다.

2. 정확히 알레르기로 진단된 식품만을 제한합니다.

3. 스트레스를 잘 관리해야 합니다.

4. 적절한 실내 온도와 습도를 유지해야 합니다.

5. 효과와 안전성이 입증된 방법으로 꾸준히 치료합니다.

부산광역시
BUSAN METROPOLITAN CITY

부산광역시
아토피·천식 교육정보센터

BOSDI
부산문화콘텐츠개발원
BUSAN CULTURE CONTENTS DEVELOPMENT CENTER

1. 목욕은 매일 미지근한

물에 10분 내외로 합니다.

귀
바



'귀바'를 위한 알레르기 예방 '유아 급성 알레르기 예방 관리 수칙' 2



매일
민간



"외비우스 딱지" 만드는 방법

- ① 중심□ 모양을 떼어 낸다.
- ② 풀칠★ 부분에 풀칠을 한 뒤 접고 ★와 겹치게 붙인다.
- ③ 풀칠♥ 부분에 풀칠을 한 뒤 접고 ♥와 겹치게 붙인다.
- ④ 풀칠✱ 부분에 풀칠을 한 뒤 접고 ✱와 겹치게 붙인다.
- ⑤ 풀칠◆ 부분에 풀칠을 한 뒤 접고 ◆와 겹치게 붙인다.
- ⑥ 완성한 후 접힌 중심 부분에서 바깥으로 펼쳐 뒤집으면서 활동.

적당한 실내습도는
40%~50%!



습도를 유지해야 합니다.

적당한 실내온도는
18도~23도!



3. 적절한 실내 온도와



4. 효과와 안전성이 입증된 방법으로 꾸준히 치료합니다.

매일
민간