

NỔI MÈ ĐAY MẮN NGỨA VÀO MÙA HÈ: NGUYÊN NHÂN, TRIỆU CHỨNG VÀ CÁCH ĐIỀU TRỊ HIỆU QUẢ

Nổi mề đay mẩn ngứa vào mùa hè là tình trạng da phản ứng với nhiệt độ cao, mồ hôi, ánh nắng mặt trời hoặc các tác nhân dị ứng khác, gây ra các nốt sần đỏ, ngứa rất khó chịu. Bệnh có thể xuất hiện ở mọi lứa tuổi, đặc biệt phổ biến ở người có làn da nhạy cảm.

Nguyên nhân gây nổi mề đay mẩn ngứa vào mùa hè

- **Nhiệt độ cao, tiết nhiều mồ hôi:** Khi da bị bít tắc bởi mồ hôi và vi khuẩn, cơ thể dễ phản ứng bằng cách phát ban, nổi mẩn đỏ.
- **Dị ứng thời tiết:** Sự thay đổi nhiệt độ đột ngột (từ phòng điều hòa ra ngoài trời) có thể gây rối loạn cơ thể, kích thích nổi mề đay.
- **Dị ứng ánh nắng mặt trời:** Một số người có cơ địa nhạy cảm dễ bị nổi mề đay khi tiếp xúc trực tiếp với tia UV.
- **Thực phẩm và côn trùng đốt:** Hải sản, đồ ăn cay nóng hoặc vết cắn của muỗi, kiến có thể gây phản ứng dị ứng trên da.



Triệu chứng của nổi mề đay mùa hè

- ✓ Xuất hiện các nốt sần đỏ, mẩn phù trên da.
- ✓ Cảm giác ngứa rát, có thể lan rộng khắp cơ thể.
- ✓ Các nốt mẩn đỏ có thể biến mất và tái phát trong ngày.
- ✓ Một số trường hợp nghiêm trọng có thể kèm theo khó thở, sưng môi hoặc mắt.

Cách điều trị và phòng ngừa nổi mề đay hiệu quả



- ♦ **Giữ da sạch sẽ, thoáng mát:** Tắm rửa thường xuyên, sử dụng sữa tắm dịu nhẹ giúp giảm kích ứng da.
- ♦ **Tránh tác nhân gây kích ứng:** Hạn chế ra nắng vào buổi trưa, mặc quần áo rộng rãi, thấm hút mồ hôi tốt.
- ♦ **Duy trì chế độ ăn uống lành mạnh:** Bổ sung rau xanh, uống đủ nước và hạn chế thực phẩm dễ gây dị ứng như hải sản, đồ cay nóng.
- ♦ **Dùng thuốc bôi và thuốc kháng histamin:** Nếu bị ngứa nhiều, có thể sử dụng thuốc theo chỉ định của bác sĩ.
- ♦ **Thăm khám bác sĩ chuyên khoa:** Nếu triệu chứng kéo dài hoặc tái phát nhiều lần, nên đến cơ sở y tế để được tư vấn và điều trị kịp thời.

👉 **Xem chi tiết về nguyên nhân và cách điều trị nổi mề đay mùa hè tại đây:**

<http://benhvienlaovabenhphoicantho.vn/default.aspx?tabid=120&ch=14133&t=noi-me-day-man-ngua-vao-mua-he.html>