

预防白癜风的方法有哪些

产品名称	预防白癜风的方法有哪些
公司名称	武汉北大白癜风医院
价格	8.00/8
规格参数	
公司地址	湖北武汉汉口建设大道196号
联系电话	027-83993999 027-83993999

产品详情

预防白癜风的方法有哪些？很多白癜风患者都有反复治疗的经历，白癜风的治疗效果为什么会反反复复呢？好不容易治好白癜风又复发就如一场噩梦接着一场噩梦。预防白癜风的方法有哪些呢？白癜风患者怎样才能彻底摆脱白癜风的困扰？

白癜风专家们经过多年的临床经验，总结了以下几点预防白癜风复发的方法

- 1、合理膳食：白癜风患者的饮食宜清淡、荤素搭配、粗细结合，避免辛辣刺激性食物，避免吃羊肉等发物，少吃富含维生素C的食物，多吃富含酪氨酸的食物。白癜风患者治愈后，同样需要注意饮食，避免饮食不当，导致白癜风复发。
- 2、运动健身：白癜风患者要适量参加体育锻炼，通过锻炼能增强体质，提高免疫力，有效预防疾病侵袭。
- 3、避免外伤：白癜风患者要避免冻疮、烫伤、划伤等外伤，因为外伤会导致皮肤组织形成过激反应或者破坏皮肤组织，从而导致白癜风复发。

预防白癜风复发的方法有哪些

- 4、劳逸结合：生活要有规律，避免熬夜，要保证睡眠充足，精力充沛，睡眠不足会使抵抗力下降，让疾病有机可乘。
- 5、避免摩擦：白癜风患者穿衣宜宽松，衣服材质宜柔软透气，不要穿化纤类材质的衣服，避免摩擦等等。
>>>>>推荐阅读：饮食方面，白癜风患者注意哪些能促进恢复
- 6、环境因素：白癜风患者住处阴冷潮湿、淋雨、风寒等均可能诱发白癜风。白癜风患者还应该避免接触一些含酚类化学物质，如橡胶手套、沥青、石油、涂料等等。
- 7、适当日晒：适当晒晒太阳，有利于黑色素的生成，但是切忌过度，以防晒伤，很多人都是在夏季旅游、出差后导致白癜风复发，就是因为暴晒的原因，暴晒会使皮肤出现水泡、发红发痒等炎症症状，会导

致白癜风复发。

8、巩固治疗：白斑明显消退后，白癜风患者不能立马停止治疗，因为此时，患者的免疫功能及微循环方面仍未恢复正常，所以在白斑完全消失后，应进行巩固治疗。

9、及时治疗：出现其他皮肤病症应立即治疗，避免发生同行反应。

10.正确治疗：很多患者使用激素类药物治疗发现很有效，但是一经停止白斑就会大面积扩散，刺激性药物过量使用会产生依赖性和抗药性，所以专家不建议使用刺激性药物治疗。白癜风的治疗宜采取综合性的治疗方法，标本兼治、有针对性的治疗才能根治，抗复发。

专家在线网上咨询通道：<http://zx.87887777.com> 白癜风专家热线：027-83993999

QQ:2886378(免费咨询) 通过以上方法都能随时随地的与我们的医生面对面交流和进行方便快捷的在线诊断从而得到及时有效的您想要的信息结果。<http://www.dsdbj.com/>