

特应性皮炎生活日志

记录生活日志的必要性

看似简单的衣食住行问题，
与每个人的健康却息息相关。

www.skin-disease.cn



特应性皮炎相关的衣食住行

衣服穿着



直接穿没有清洗的新衣服

穿紧身衣服或不透气的布料

贴身的衣物带有金属纽扣

穿着在衣柜中长时间衣服

www.skin-disease.cn

饮食习惯

精致的食品、海鲜和肉类代替了五谷杂粮。

蛋糕、巧克力、可乐、冰淇淋导致热量过剩。

偏食、挑食导致的维生素缺乏。
营养品和保健食品。

居家环境

装饰装修
添置家具

填充式玩具、枕头、棉被及床垫

地毯、质地厚重的窗帘

养宠物猫、狗、鸟

湿度、温度、通风换气

楼层、朝向、面积

www.skin-disease.cn



室外环境

www.skin-disease.cn

花草树木
虫鱼鸟兽
游乐设备
小汽车



