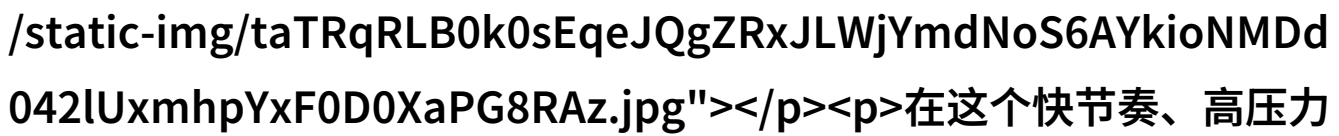


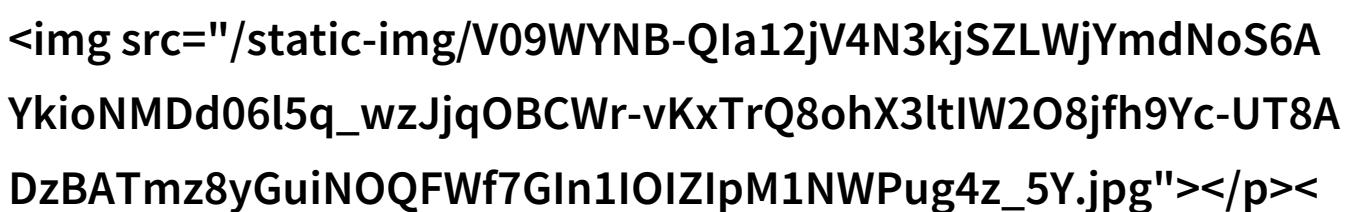
痒痛生活-淑娟两腿间的无尽烦恼寻求舒缓

淑娟两腿间的无尽烦恼：寻求舒缓的日常之谜



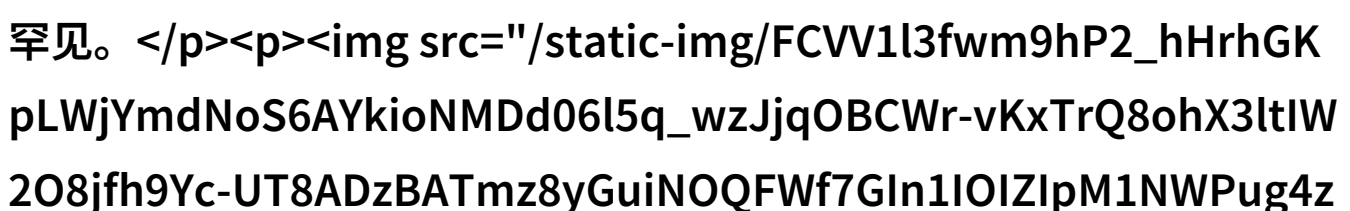
在这个快节奏、高压力的时代，许多人都可能遇到过一种让人难以忍受的麻烦——痒。尤其是对于那些经常穿着紧身衣物、长时间坐在电脑前或驾驶的人来说，痒感几乎成为了他们生活中的常客。

淑娟是一位白领女性，她每天早上六点起床准备工作。在繁忙的工作和生活中，她很少有时间关注自己的皮肤健康。但有一天，淑娟发现自己两腿间又痒了。这次不仅是偶尔的小痒，而是一种持续不断、甚至有些剧烈的地面性瘙痒。



她尝试了一些自我治疗方法，比如用冷水冲洗、涂抹含有抗组胺成分的乳液，但这些方法对她来说似乎并没有太大效果。她开始担心这是否是某种严重疾病的先兆，因为网上的信息告诉她，一旦出现这种症状，就应该立即就医。

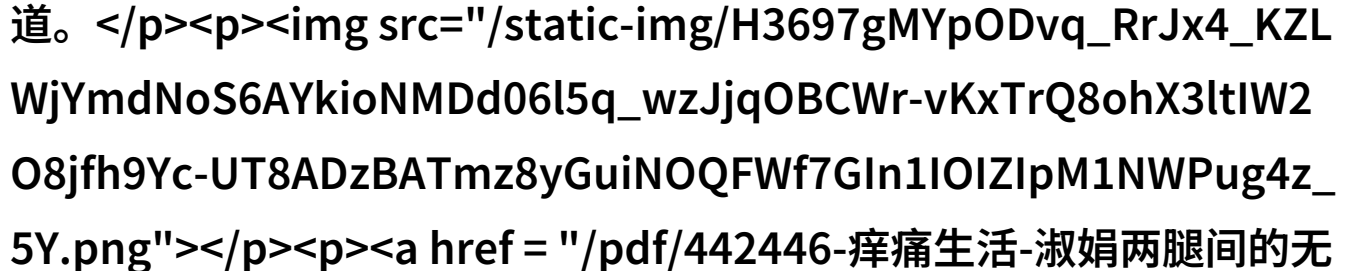
经过一番排查，最终诊断出淑娟患的是湿疹。这是一种常见于皮肤接触到刺激因素时产生的一种反应。由于现代生活中存在大量潜在刺激物，如化妆品、衣服材料等，所以湿疹患者并不罕见。



医生建议淑娟调整饮食习惯，避免辛辣油腻食物和酒精，同时使用专用的护肤品来减轻症状，并且定期进行物理治疗来改善局部血液循环。通过这些措施，淑娟逐渐从痛苦中解脱出来，她重新找回了一个安静而舒适的地方，那里只有她的呼吸声，没有任何干扰和痛苦的声音。

然而，这个教训让淑娟深刻意识到了自身照顾身体健康的重要性。她学会了如何更好地管理自己的生活，从饮食到休息

，再到日常护理，都变得更加细致周到。而对于那些还在为“淑娟两腿间又痒了”的问题挣扎的人们来说，这个故事也许能够提供一些帮助，让他们知道，不管多么微小的问题，只要坚持努力，它总能找到解决之道。

 [下载本文pdf文件](/pdf/442446-痒痛生活-淑娟两腿间的无尽烦恼寻求舒缓的日常之谜.pdf)