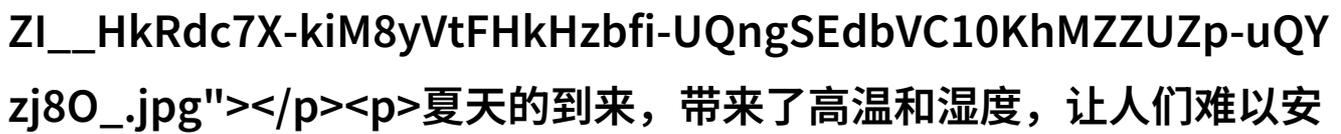


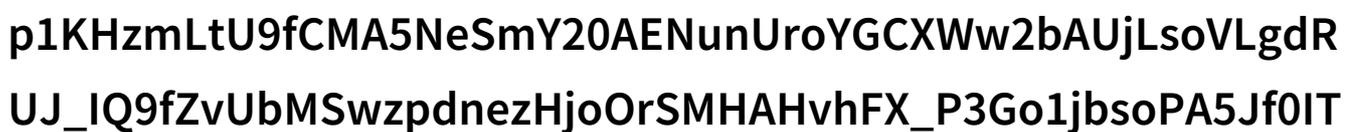
淑娟两腿间又痒了温暖夏日的轻微尴尬

为什么夏天总是这样？



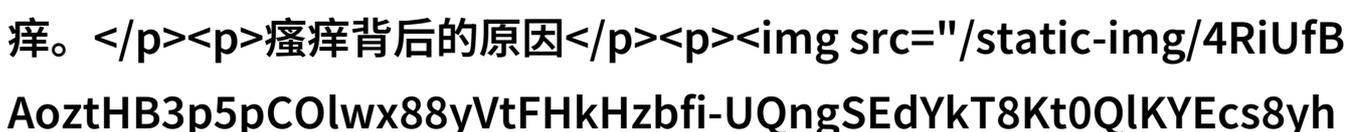
夏天的到来，带来了高温和湿度，让人们难以安心。尤其是在炎热的午后，身体会因为汗水分泌而感到不适，而这时候最让人头疼的事情就是皮肤上的小痛感——瘙痒。

肌肤的反应



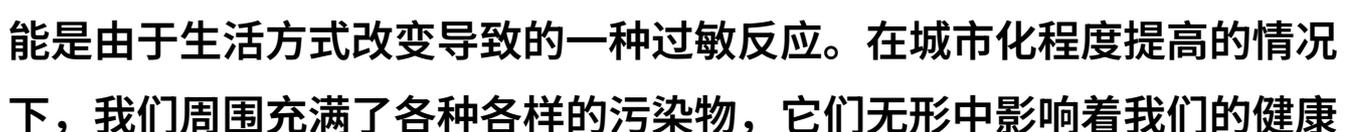
我们的皮肤在夏季中受到了极大的考验。随着温度上升，汗液分泌增加，这些汗液可能会留下一层薄膜覆盖在皮肤表面，给予了一种油腻、粘稠的感觉。而这些湿润环境使得细菌和真菌生长得更快，更容易引起各种形式的小病灶，比如红斑、丘疹甚至是瘙痒。

瘙痒背后的原因



不过，淑娟两腿间又痒了，不只是简单的一个问题。它可能与遗传因素有关，也可能是由于生活方式改变导致的一种过敏反应。在城市化程度提高的情况下，我们周围充满了各种各样的污染物，它们无形中影响着我们的健康，使得原本平静的人体开始出现异状。

如何缓解症状



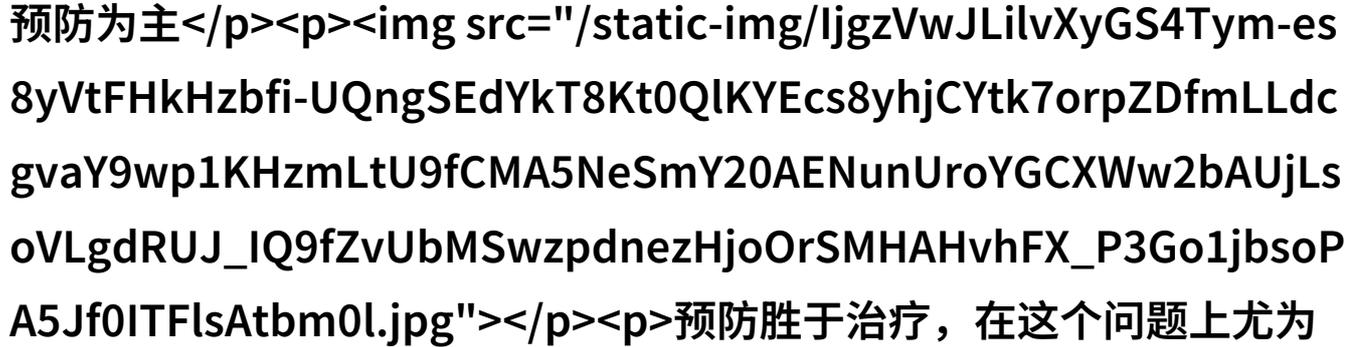
当然，有一些方法可以帮助我们减轻这种不适。首先





，可以使用冷敷或洗澡来降低身体温度，同时清洁肌肤。这对于避免细菌和真菌繁殖有很大的作用。此外，如果确定自己对某些食物或化学品过敏，那么尽量避免接触这些刺激性物质也是一条重要之路。

预防为主



预防胜于治疗，在这个问题上尤为关键。如果能提前做好准备，那么许多麻烦就可以避免。在选择护肤品时要注意选择那些能够抵抗紫外线且不会刺激皮肤的产品，并定期进行自我检查，以便及时发现并处理任何异常情况。此外，还需要保持良好的个人卫生习惯，如勤洗手和勤换衣，以减少细菌传播机会。

未来展望

虽然当前的情况让人有些棘手，但只要我们积极采取措施，就有希望将其控制在可控范围内。一旦找到了合适的手段去应对这个问题，即使是在酷暑中，也能找到一种舒适的心态去面对每一个炎热的日子。而淑娟两腿间又痒了，这个看似小事的问题，其实蕴含着我们更深层次关于健康与生活质量的问题，是值得我们深思熟虑的问题之一。

[下载本文pdf文件](/pdf/463936-淑娟两腿间又痒了温暖夏日的轻微尴尬.pdf)