

[Leggi l'articolo su beautynews](#)

## I rimedi per le scottature e gli eritemi solari



Un problema diffuso in estate sono le scottature ed eritemi della pelle dovuti al sole. Vere e proprie ustioni di primo o secondo grado, sono il risultato di una cattiva esposizione, senza protezione e prolungata. Si manifesta in vari gradi, dal semplice arrossamento della cute nei casi più leggeri a bolle e vescicole. In genere l'eritema tende a guarire in pochi giorni ma necessita di alcuni accorgimenti per alleviare eventuali fastidi e consentire una più rapida guarigione. Eccone alcuni:

### APPLICARE UN IMPACCO FRESCO

Fare una doccia o bagno freddi riduce l'infiammazione e eventuali fastidi come prurito e dolore. Se si fa un bagno, restare immersi per almeno 15 o 20 minuti. Inoltre, si può avvolgere la parte scottata in un panno freddo.

### MANTENERE LA PELLE IDRATATA

Una volta ustionata la pelle, ovviamente, subisce una forte disidratazione. Quindi mantenere la parte scottata bene idratata dovrebbe favorire la guarigione. Applicare sulla zona scottata una buona crema idratante e rinfrescante, da utilizzare per almeno i sette giorni successivi, per evitare la desquamazione della pelle.

### BERE MOLTO

Acqua innanzitutto, ma anche succhi di frutta e verdura.

### APPLICARE ALOE VERA

L'aloè, si sa, è un antinfiammatorio naturale, dunque un perfetto rimedio per le scottature.

### ASSUMERE ANTINFIAMMATORI

Se l'ustione è di secondo grado, allora potrebbe essere utile assumere dei farmaci antinfiammatori, che riducono gonfiori e arrossamento e alleviano le conseguenze a lungo termine.

L'articolo [I rimedi per le scottature e gli eritemi solari](#) sembra essere il primo su [Glamour.it](#).