

## ผิวหนังและปัญหาในผู้สูงอายุ

สมจินต์ เพชรพันธุ์ศรี



ผิวหนังของมนุษย์เป็นอวัยวะส่วนหนึ่งของร่างกายที่สำคัญมาก โดยมีเนื้อที่ทั้งหมดถึงประมาณ 16,000 ตารางเซนติเมตร โดยผิวเผินเราอาจมองเห็นผิวหนังเป็นแต่เพียงเนื้อเยื่อห่อหุ้มร่างกายอยู่ภายนอกเท่านั้น แต่ถ้าหากจะมองให้ละเอียดลึกซึ้งลงไปแล้ว จะเห็นว่าผิวหนังมีองค์ประกอบสำคัญหลายประการ เช่น ผิวหนังชั้นนอกที่เรามองเห็น ผิวหนังชั้นในหรือที่บางคนเรียกว่า ผิวหนังแท้ ซึ่งในชั้นนี้จะประกอบด้วยสรรพสิ่งหลายอย่างด้วยกัน เช่น เนื้อเยื่อเกี่ยวพัน ไขมัน ขุมขน ต่อมไขมัน ต่อมเหงื่อ หลอดเลือด และเส้นใยประสาท นอกจากนี้ยังมีเส้นผม ขน และเล็บ ซึ่งนับเป็นส่วนประกอบของผิวหนังด้วย

โดยปกติผิวหนังมีหน้าที่สำคัญที่สุด คือ ป้องกันอันตรายที่จะเกิดกับอวัยวะที่อยู่ภายใน เปรียบเสมือนเป็นด่านแรกที่จะป้องกันการรุกรานโรคภัยไข้เจ็บ เช่น การติดเชื้อของผิวหนัง อันตรายจากการถูกยิง ถูกแทง เป็นต้น นอกจากนี้ผิวหนังยังทำหน้าที่ควบคุมความร้อน หนาว ของร่างกาย เหมือนกับเป็นเครื่องปรับอากาศชั้นเยี่ยมทีเดียว ไม่ว่าอากาศจะร้อนหรือเย็น ผิวหนังจะรักษาความร้อนหรืออุณหภูมิของร่างกายให้คงที่อยู่เสมอ ทั้งนี้ก็โดยอาศัยคุณสมบัติของการกระจายความร้อน ความเป็นสื่อความร้อนโดยการระเหยของเหงื่อหรือโดยการปรับหน้าที่ของบรรดาหลอดเลือดที่อยู่ใต้ผิวหนังนั่นเอง

คุณสมบัติของผิวหนังก็คือ การขับถ่ายเหงื่อและไขมัน เหงื่อทำให้ผิวหนังอ่อนนุ่มอยู่เสมอและรักษาระดับอุณหภูมิของร่างกายไว้ด้วย ไขมันซึ่งเป็นประโยชน์ในการป้องกันและหล่อลื่น ผิวหนัง เส้นผม และขน ไม่ให้แห้งเปราะหรืออมความชื้นไว้มากเกินไป

นอกจากนี้ เหนือยังมีคุณสมบัติที่จะช่วยในการรักษาระดับอุณหภูมิของร่างกายให้คงที่แล้ว สภาพอันเป็นกรดของเหนือกยังช่วยมิให้แบคทีเรียเติบโตได้ง่าย จึงเป็นเหตุผลที่แพทย์ผู้ชำนาญทางโรคผิวหนังจึงมักห้ามหรือให้ผู้ป่วยบางรายงดการใช้สบู่หรือน้ำร้อนในการชำระล้างร่างกาย ทั้งนี้เนื่องจากสบู่หรือน้ำร้อนจะไปละลายเอาไขมันที่เป็นเยื่อบาง ๆ ปกคลุมผิวหนังออกไป ทำให้ผิวหนังเสื่อมความต้านทานโดยธรรมชาติไป นอกจากนี้เหนือกยังมีคุณสมบัติของการรับความรู้สึก เช่น การสัมผัสร้อน-เย็น การเจ็บปวด ความรู้สึกเหล่านี้ล้วนแล้วต้องผ่านทางเส้นประสาทที่อยู่ใต้ผิวหนัง ถ้าหากมีการสูญเสียผิวหนัง ณ ที่ใดก็ย่อมเกิดการสูญเสียความรู้สึกนั้น ๆ ทางผิวหนังไปด้วย

จากคุณสมบัติต่าง ๆ ของผิวหนังที่ได้กล่าวมานั้น เป็นเครื่องชี้ให้เห็นได้อย่างชัดเจนที่ตีความว่าผิวหนังเป็นอวัยวะที่สำคัญยิ่งของร่างกาย สมควรที่จะได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างดี

### หน้าที่ของผิวหนังที่เปลี่ยนแปลงโดยธรรมชาติในผู้สูงอายุ อันได้แก่

1. อัตราการผลิตเปลี่ยนของหนังกำพร้าลดลง เนื่องจากเซลล์ผิวหนังมีการเหี่ยวแห้ง มีการสร้างที่ผิดปกติ ทำให้แผลหายช้า มีเนื้องอกของผิวหนังชนิดต่างๆ ทั้งที่ร้ายแรงและไม่ร้ายแรง
2. มีการเปลี่ยนแปลงหน้าที่เป็นแนวป้องกันและขจัดสารเคมี ทำให้แนวโน้มการแพ้ที่ผิวหนังที่มาระคายเคืองและสัมผัสเพิ่มขึ้น
3. มีการเปลี่ยนแปลงที่ปลายประสาทสัมผัส ทำให้เสี่ยงต่อการได้รับอันตรายจากความร้อน ความเย็น แรงกดดัน และสารเคมี
4. มีการเปลี่ยนแปลงทางภูมิแพ้ เนื่องจากเซลล์แลงเกอร์แฮนส์ และเซลล์ทีน้อยลง ทำให้อุบัติการณ์ของปฏิกิริยาการตอบสนองต่อการแพ้ลดลง อุบัติการณ์ของมะเร็งผิวหนังเพิ่มขึ้น เสี่ยงต่อการเป็นงูสวัด การติดเชื้ออื่นๆ ง่ายขึ้น
5. มีการเปลี่ยนแปลงในปฏิกิริยาตอบสนองด้านการอักเสบ เนื่องจากปริมาณเซลล์มาสต์ (mast cells) รอบหลอดเลือดน้อยลง ทำให้เกิดการแพ้ ระคายเคือง และขบวนการป้องกันการติดเชื้อที่ผิวหนังลดลง ทำให้แผลหายช้าและการติดเชื้อนานขึ้น
6. การควบคุมอุณหภูมิ เนื่องจากต่อมเหงื่อจำนวนหลอดเลือดแดงและไขมันน้อยลง ทำให้ผู้สูงอายุเป็นลมจากการแพ้ความร้อนหรือแพ้แดดได้ง่าย และเมื่ออากาศเย็นจะมีอุณหภูมิในตัวลดลงผิดปกติ จึงพบว่าตัวเย็น
7. ผิวบาง เนื่องจากมีชั้นเชื่อมระหว่างหนังกำพร้าและหนังแท้บางลง ประกอบกับมีไขมันลดน้อยลง ทำให้ผิวหนังพอง ฉีกขาดได้ง่าย

8. ผิวหนังเป็นรอยต่างหลังจากถูกแสงแดด เนื่องจากปริมาณและคุณภาพของเซลล์สร้างสีน้อย

9. ผิวหนังแห้งเนื่องจากปริมาณและคุณภาพของต่อมเหงื่อลดลง และไขมันใต้ผิวหนังก็น้อยด้วย

10. ผิวหนังย่น เหี่ยว และหย่อนยาน จากการเปลี่ยนแปลงของชั้นหนังกำพร้า หนังแท้ และไขมันใต้ผิวหนัง ผิวหนังจะบางลง เส้นใยที่ประสานกันอยู่จะขาดความยืดหยุ่น ทำให้เกิดรอยเหี่ยวย่น หย่อนยาน และผิวหนังฉีกขาดได้ง่าย ต่อมน้ำน้อยและเสื่อมประสิทธิภาพ ขับเหงื่อออกจากร่างกายน้อย

11. เล็บบาง เปราะ ยาวช้า และหนังใต้เล็บหนา

12. การสร้างวิตามินดีของผิวหนังน้อยลง มีผลทำให้ผู้สูงอายุกระดูกโปร่งบางและหักง่าย

13. ผมหงอกง่าย และยาวช้า

### ปัญหาของผิวหนังที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ

โดยธรรมชาติผิวหนังของผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงทั้งโครงสร้าง รูปลักษณ์ และหน้าที่ จึงทำให้เกิดปัญหาที่แตกต่างกันและไม่เท่ากันทุกคน เชื่อว่าปัญหาผิวหนังของแต่ละคนถูกกำหนดโดยพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม เช่น แสงแดด ลม อุณหภูมิของอากาศ ภูมิประเทศ วัฒนธรรม เศรษฐฐานะ อาชีพ การศึกษา นอกจากนี้การปฏิบัติตนในวัยหนุ่มสาว ที่ใช้ชีวิตกลางแจ้ง นอนดึก ดื่มเหล้า สูบบุหรี่ ขาดอาหารหรือผู้ที่ผ่าตัดเอารังไข่ออกเมื่ออายุน้อย เหล่านี้เป็นเหตุส่งเสริมให้มีการเปลี่ยนแปลงที่ผิวหนังมากกว่าคนปกติ

ปัญหาของผิวหนังของผู้สูงอายุ อาจไม่ได้เป็นเรื่องที่นำผู้สูงอายุมาพบแพทย์ หรือความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ และไม่กล้าบอกกับแพทย์ ปัญหานั้นจึงถูกละเลยไป ดังนั้นอุบัติการณ์ปัญหาผิวหนังที่พบในผู้สูงอายุ จึงไม่สามารถสรุปได้แน่นอน อย่างไรก็ตามปัญหาของผิวหนังที่พบได้บ่อย คือ

1. อาการคัน อาจเกิดจากการสัมผัสกับสัตว์ ขนสัตว์ พืช เสื้อผ้า ผงซักฟอก หรือการเปลี่ยนแปลงของอุณหภูมิและความชื้นของอากาศ หรือโดยไม่ทราบสาเหตุก็ได้ บางรายอาจคันจากความผิดปกติของจิตใจ เช่น มีความเครียด โรคบางชนิด เช่น โรคไตวาย พบได้ร้อยละ 10-41 ของผู้ป่วย

2. ตกกระในผู้สูงอายุ พบบ่อยในผู้สูงอายุที่มีประวัติในครอบครัวเดียวกัน มีลักษณะเป็นปื้นสีน้ำตาลขอบไม่เรียบ ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 1 มิลลิเมตร ถึงหลายเซนติเมตร ส่วนใหญ่

มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางเล็กกว่า 5 มิลลิเมตร ขนาดจะใหญ่และเพิ่มจำนวนขึ้นเมื่ออายุเพิ่มขึ้น มักเกิดขึ้นบริเวณผิวหนังที่ถูกแดด โดยเฉพาะที่หน้าและหลังมือ

3. ผิวหนังอักเสบจากการแพ้ สาเหตุเกิดจากการใช้ยา โดยเฉพาะยาพื้นบ้าน ยาจีน สมุนไพร และน้ำมันวด พบว่า ร้อยละ 22.5 จากยา ร้อยละ 20 จากสิ่งแวดล้อม เช่น ปูนซีเมนต์ สีฟัน ยาหอม ผง ยาปฏิชีวนะ ยารับประทานที่ทำให้เกิดอาการแพ้ คือ ยาแก้ปวดกระดูก ยาลดน้ำตาลในเลือด ยาลดความดันเลือด ยาแก้ไอ ยาแก้แพ้ ยาขับปัสสาวะ ยาลดไขมัน เป็นต้น รวมทั้งยาไทยและยาจีนแก้ลม ยาหอมแก้ร้อนใน โสม ยาบำรุงอื่นๆ โดยผู้สูงอายุจะใช้ยาบ่อยๆ อย่างน้อยวันละ 2-4 ครั้ง ทำให้ความชุกของการแพ้ยารับประทานและยาทาเพิ่มขึ้น ผื่นสัมผัสในผู้สูงอายุมักมีการอักเสบน้อย พบตุ่มน้ำพองใส่น้อย แม้ในระยะเฉียบพลัน แต่จะพบขุยผิวหนังหนาและคันมากกว่า

4. การอักเสบของผิวหนัง พบบ่อยในคนที่ผิวหนังแห้ง เมื่อเวลาอากาศแห้งหรือหนาวเย็น ผิวหนังมีลักษณะเป็นหย่อมสีแดง แห้ง อาจมีแผลเป็น และแตกกระแวง คันที่แขนขา มือ โดยเฉพาะที่หน้าแข้ง อาการจะกำเริบในฤดูหนาวและหายไปฤดูร้อน

5. ผิวหนังเป็นตุ่มเป็นก้อน เช่น กระจเนื้อ มะเร็งของผิวหนัง มะเร็งเม็ดสี มักพบในคนผิวขาว ที่มีการระคายเคือง ถูกแสงแดดเป็นเวลานาน

6. ผิวหนังย่น ยืด ยาน และเหี่ยว

7. แผลกดทับ เกิดจากแรงกดทับทำให้เนื้อเยื่อขาดเลือดและออกซิเจนไปเลี้ยง ทำให้เกิดการเน่าตาย พบได้บ่อยบริเวณก้นกบ สะโพก ข้อศอก พบได้ในผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ นอนบนเตียงนานๆ ถ้าขาดอาหารร่วมด้วยจะมีอาการรุนแรงมากขึ้น

การปฏิบัติตัวเพื่อให้ผิวหนังคงสภาพที่แข็งแรงสมบูรณ์ดีสมวัย โดยการป้องกันดูแลและบำรุงผิวหนังอย่างถูกต้องตั้งแต่วัยเด็กหนุ่มสาว จึงเป็นเรื่องสำคัญในการชะลอการเปลี่ยนแปลงของผิวหนัง



## การดูแลผิวหนังในผู้สูงอายุ

1. ผิวหนังที่แห้ง คัน เป็นขุย ไม่ควรอาบน้ำบ่อยเกินไปหรือใช้สบู่เท่าที่จำเป็น และควรเป็นชนิดมีครีมผสม หลีกเลี่ยงสบู่ที่มีต่างมาก การสระผมบ่อยไม่ควรบ่อยจนเกินไป และหลีกเลี่ยงน้ำหอมที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์สูง เพราะจะทำให้ผิวหนังแห้งมากขึ้น ป้องกันการแห้งกร้านเป็นขุย โดยใช้ครีมเพิ่มความชุ่มชื้น ชะโลมผิวหนังทั่วตัวหลังอาบน้ำ เช้า-เย็น หรือทาบ่อยขึ้นถ้าผิวแห้งมาก ถ้าเกิดอาการคันไม่ควรเกะเกา อย่าใช้โลชั่นคาลาไมยด์ทาผิวที่แห้งและคัน เพราะมีส่วนผสมของแอลกอฮอล์จะทำให้ผิวหนังแห้งมากขึ้น

2. ผิวหนังเป็นตุ่ม ก้อน ในผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะเป็นกระเนื้อ ซึ่งไม่ใช่มะเร็ง มักเกิดบริเวณที่ถูกแสงแดด ดูแลรักษาความสะอาด หลีกเลี่ยงการถูกสิ่งระคายเคือง แสงแดด ไม่ควรใช้เล็บหรือของมีคมแกะตุ่มก้อนนั้น เพราะอาจจะเกิดการติดเชื้อและมีเลือดออก ถ้าร้ายกาจ และไม่สวยงาม โตเร็ว ควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านผิวหนัง จะให้การรักษาที่เหมาะสมต่อไป

3. ผิวที่เปลี่ยนสี โดยเฉพาะบริเวณที่ถูกแสงแดดมักจะเกิดกระดำ กระขาว จากการเสื่อมของเซลล์เม็ดสีตามอายุ ปัญหานี้สามารถขจัดได้ด้วยการหลีกเลี่ยงการถูกแสงแดด ใช้เสื้อปกคลุมผิวหนัง หรือใช้ยาทากันแสงแดดเมื่อจำเป็นต้องออกไปถูกแสงแดด แต่การใช้ยาทาต่าง ๆ ไม่สามารถแก้ไขให้สีผิวกลับเหมือนเดิมได้

4. ผิวหนังอักเสบจากการแพ้ ให้สังเกตอาการว่าเกิดจากสาเหตุใด หลีกเลี่ยงสิ่งที่ เป็นสาเหตุนั้น อาการจะทุเลาลง และหายไปได้ แต่ถ้ารุนแรงให้ขอรับการรักษาจากแพทย์



5. ผิวหนังย่น เหี่ยว และหย่อนยาน จะฉีกขาดง่าย จึงควรระวังการถูกระแทกกระแทกด้วยของแข็ง ของมีคม ควรตัดเล็บให้สั้น หลีกเลี่ยงการแกะเกา แต่ถ้าเป็นปัญหาหยาบกรวดการดำเนินชีวิต เช่น เป็นปมด้อย ไม่สวยงาม เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ เช่น หนังตาตกมาก ควรปรึกษาแพทย์เพื่อทำการผ่าตัดตกแต่ง

6. แผลกดทับ ควรมีการป้องกันแต่เริ่มแรก เพราะถ้าเกิดปัญหาแล้ว จะหายคืนเป็นปกติได้ยาก และสร้างปัญหาตามมามากมาย โดยเฉพาะในผู้สูงอายุ อาจทำให้เสียชีวิตได้ ดังนั้นไม่ควรนั่งหรือนอนทับบริเวณใดนานเกินไป ควรเปลี่ยนท่าทุก 2 ชั่วโมง ไม่ควรนอนให้ศีรษะสูงเกิน 30 องศา เพราะจะเพิ่มแรงกดที่บริเวณก้นกบ ขณะเคลื่อนย้ายผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ควรยก ไม่ควรดึงเพราะผิวหนังจะเสียดสีกับที่นอน ทำให้ผิวหนังฉีกขาด หลีกเลี่ยงการกดทับที่นอนโดยตรง โดยใช้หมอนหรือผ้ารองบริเวณปุ่มกระดูก ดูแลผิวหนังให้แห้งสะอาดอยู่เสมอ ใช้ครีม น้ำมัน โลชั่น ที่ไม่ก่อให้เกิดการแพ้ทาบริเวณผิวหนังและปุ่มกระดูก เพื่อช่วยให้ผิวหนังอ่อนนุ่มและแข็งแรง นวดรอบๆ บริเวณปุ่มกระดูกหลังอาบน้ำ เพื่อเพิ่มการไหลเวียนเลือด ถ้าผู้สูงอายุกลั้นอุจจาระ ปัสสาวะไม่ได้ ควรดูแลความสะอาดเป็นพิเศษ ใช้สบู่และน้ำเช็ดให้แห้งสะอาดทุกครั้ง และดูแลให้ผู้สูงอายุได้รับอาหารโปรตีน และวิตามินอย่างเพียงพอ เพื่อช่วยรักษาและส่งเสริมสุขภาพของเนื้อเยื่อและการหายของแผล



นอกจากการดูแลผิวหนังแล้ว กิจกรรมประจำวันหลายๆ ประการ สามารถช่วยลดปัญหาของผิวหนังได้ เช่น

1. หลีกเลี่ยงการถูกแสงแดดที่แรงจัด สวมเสื้อผ้ากันแดด ทาครีมกันแดด ถ้าต้องถูกแสงแดด เพราะแสงแดดที่มีประโยชน์ต่อร่างกายต้องเป็นแสงแดดในตอนเช้าและเย็น ไม่ใช่แสงแดดจัด

2. หลีกเลี่ยงการนั่งหรือนอนท่าเดี๋ยวนานๆ ป้องกันการกดทับ นวดตัวเบาๆ เพื่อกระตุ้นการไหลเวียนเลือด

3. ดูแลความสะอาดและบำรุงผิวหนังเป็นประจำ โดยใช้ครีม และโลชั่นได้ตามความเหมาะสม เพื่อให้ผิวหนังนุ่ม เรียบ ลดอาการคัน

4. หลีกเลี่ยงและป้องกันอันตรายจากของแข็ง ของมีคม

5. ควบคุมอุณหภูมิและความชื้นของอากาศ โดยเฉพาะในฤดูหนาว ไม่ควรอาบน้ำร้อน ถ้าผิวหนังแห้งมากขึ้น ไม่ควรอาบน้ำฟอกสบู่ ล้างมือ ล้างเท้าบ่อยเกินไป น้ำที่อาบควรเป็นน้ำธรรมดาหรือน้ำอุ่นไม่ร้อนจัด อุณหภูมิไม่เกิน 34 องศาเซลเซียส หรือ 94 องศาฟาเรนไฮต์ หลีกเลี่ยงการถูตัว การขีดตัวมากๆ

6. ใช้สบู่เท่าที่จำเป็น หลีกเลี่ยงสบู่ที่เป็นกรดหรือด่างแรง

7. ใช้เครื่องสำอางได้เหมาะสมกับบุคลิกของแต่ละคน เช่น ใช้ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดที่ถูกต้อง น้ำยาสמןผิวถ้าจำเป็น แป้งทาหน้า รวมทั้งลิปสติก ตามความจำเป็นและอย่างปลอดภัย ทั้งหมดนี้เป็นการรักษาสุขภาพจิต เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุด้วย

8. รับประทานอาหารที่ถูกส่วนโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผักผลไม้ เพราะจะให้แร่ธาตุวิตามินต่างๆ เพื่อเร่งส่งเสริมการสร้างเนื้อเยื่อของผิวหนัง

9. ดื่มน้ำอย่างน้อย 6-8 แก้ว/วัน เพื่อช่วยขับของเสียออกจากร่างกาย และช่วยให้ผิวหนังชุ่มชื้นขึ้น

10. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อเพิ่มการไหลเวียนเลือด

11. พักผ่อน นอนหลับให้เพียงพออย่างน้อย 6-8 ชั่วโมง/วัน

12. ดูแลผิวหนังและสังเกตความผิดปกติอย่างสม่ำเสมอ

13. ตัดเล็บให้สั้น ป้องกันการแกะเกาผิวหนังจนเกิดบาดแผล

14. งดพฤติกรรมที่ทำลายผิวหนัง เช่น การสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ นอนตึก เสพสารเสพติดต่างๆ

15. ทำจิตใจให้สบาย คลายความวิตกกังวล หรือความเครียด และยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างกล้าหาญ



หากการชลอกการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ได้ปฏิบัติตั้งแต่อายุยังน้อยอย่างต่อเนื่อง  
ผู้สูงอายุจะเป็นผู้ที่มีผิวพรรณผ่องใสน่าชื่นชม

### บรรณานุกรม

1. สาธารณสุข. กระทรวง. โรคผิวหนังกับการปฏิบัติตน. กรุงเทพฯ : เอรวิณการพิมพ์, 2524.
2. ดานชาโรส ออลันโค. เรียบเรียง. ภาพสโรคผิวหนังในประเทศไทย. กรุงเทพฯ : รุ่งเรืองสาสน์การพิมพ์, 2521.
3. ธวัชชัย เชื้อประไพศิลป์. การรักษาโรคผิวหนังที่พบบ่อย. กรุงเทพฯ : โอ เอส พรินต์ติ้งเฮาส์ , 2536.
4. ศิริเพ็ญ พัววิไล. ตำราโรคผิวหนังสำหรับแพทย์ทั่วไป. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ข้าวฟ่าง, 2533.
5. เรณู โคตรจรัส. ปัญหาของผิวหนังที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ. คลินิก. 2538 ; 16 : 264-267.
6. Eliopoulos. C. **Gesontological Nursing**. Edition philadelphia : J.B. Lippincott Company, 1993.
7. Frantz, R.S. and Gardner S. "Clinical Concerns Management of Dry skin." **Journal of gerontological Nursing**. 1994 ; 20 (9) : 15-18.