



مجتمع درمانگاهی امام رضا (ع)

و شهید مطهری

بیماری اگزما پوستی چیست ؟

تهیه کننده : مهین خورشیدی

منبع : برونر سوارث جراحی و داخلی ویرایش

چهاردهم ۲۰۱۸

زمستان ۹۹

بیماری اگزما پوستی چیست ؟

اگزما (آماس پوست) شرایطی است که در آن پوست دچار خارش، قرمزی، التهاب و پوسته ریزی می شود. پزشکان هنوز دلایل بروز این عارضه را نمی دانند اما این بیماری معمولاً در افرادی که حساسیت فصلی دارند بروز می کند. اگزما گاهی ریشه ی ژنتیکی دارد و ممکن است در بین اعضای یک خانواده شایع باشد.

علائم اگزما چیست :

خارش شدید، جوش های ریز، خشکی پوست، قرمزی پوست، پوسته پوسته شدن پوست. نشانه های اگزما در بزرگسالان و کودکان متفاوت است.

اگزما در کودکان :

نشانه ها و علائم اگزما در کودکان در مراحل اولیه بسیار متفاوت است، اگر فرزند شما به تازگی به دنیا آمده و کمتر از ۶ ماه دارد باید توجه داشته باشید که بین دو تا ۶ ماهگی کودکان مبتلا به اگزما علائمی مانند خارش، خشکی، قرمزی و برآمدگی های کوچک در پوست گونه پیشانی یا سرخود دارند یا بزرگتر شدن کودک معمولاً بثورات از حالتی که در ابتدا به وجود آمدند فلسی شکل تر می شوند و پوست به شدت خشک شده و خارش دارد با گذشت زمان این علائم شدیدتر شده و

افزایش می یابد در حالی که ممکن است با عودهایی همراه شوند که به صورت دوره ای رخ دهد.

اگزما در نوجوانان و بزرگسالان :

اگزما در این افراد بیشتر در اطراف گردن، برآمدگی آرنج و پشت زانوها دیده می شود گاهی مچ دست، ساعد و صورت نوجوانان و بزرگسالان نیز ممکن است درگیر شود. اگزما ممکن است پوست نوجوانان را ضخیم و تیره و باعث خارش شدید پوست افراد می شود که باعث ایجاد زخم شود.

انواع اگزما :

درماتیت آتوپیک، درماتیت تماسی، درماتیت دیس هیدروتیک، درماتیت اگزمای نومولار، درماتیت سبورئیک، درماتیت ساکن.

یکی از شایع ترین انواع اگزما، اگزمای پوست سر است که اغلب با علائمی چون خارش، قرمزی، پوسته پوسته شدن پوست سر همراه است این نوع اگزما درماتیت سبورئیک نامیده می شود البته درماتیت سبورئیک در نوزادان با نام بیماری کلاه گهواره شناخته می شود.

آیا آزمایشی برای بیماری اگزما پوستی وجود دارد ؟

اگزما هیچ آزمایش ندارد اما پزشکان و پرستاران با معاینه پوست شما یا کودکان و پرسیدن چند سوال می تواند تشخیص دهند که دچار اگزما هستید یا نه .

**برای کاهش علائم اگزما چه کار کنیم ؟**

اگر اگزما دارید حتماً از یک لایه ی ضخیم پماد یا کرم مرطوب کننده بدون بو برای جلوگیری از خشکی پوست تان استفاده کنید ، توصیه می کنیم که مواردی که موجب تشدید اگزما می شود ، دوری کنید یعنی عواملی مانند گرما یا تعریق بیش از حد ، حضور در هوای بسیار خشک ، استرس یا نگرانی ، تغییرات ناگهانی دما ، صابون یا محصولات پاک کننده ی خشن ، استفاده از عطر ، مراقبت نکردن از پوست خشک ، پوشیدن پشم یا لباس هایی با الیاف مصنوعی مثل پلی استر .

**اگزما چگونه درمان می شود :** با پیشرفت علم روش های درمانی اگزما نیز پیشرفت کرده اند اما درمان قطعی ای برای آن وجود ندارد .

درمان اگزما با توجه به نوع و شدت آن متفاوت است ، تغییر سبک زندگی ، مصرف داروهای بدون نسخه ، تجویز داروهای مختلف خوراکی ، تزریق موضعی و بیولوژیک و نور درمانی از جمله شیوه های درمان اگزما پوستی هستند .

راه های درمان بیماری اگزمای پوستی : مصرف کرم و پماد مرطوب کننده موثرترین راه برای درمان خشکی پوست ، رساندن رطوبت به آن از طریق حمام کردن و مرطوب کردن صحیح است . برای درمان اگزمای پوستی استفاده از کرم مرطوب کننده کمک می کند تا پوست استفاده از کرم و دارو به بیمار پیشنهاد شود تا از پانسمان مرطوب استفاده کند . اگر کرم یا پماد را بعد از حمام یا دوش گرفتن استفاده کنید رطوبت پوست تان بیشتر می شود برخی افراد محصولاتی را امتحان می کنند که می توان در وان حمام ریخت مانند روغن یا جو دوسر .

**مصرف کرم و پماد کورتیکواستروئیدی :**

کورتیکواستروئیدها را به نام کورتون ها هم می شناسند . این محصولات جذب پوست می شوند و خارش و قرمزی آن را تسکین می دهند . درست است که این داروها کمک کننده هستند اما مشکلات خاص خودشان را هم به همراه دارند .

**استفاده از داروهای که روی سیستم ایمنی بدن اثر می**

**گذارند:** این داروها فقط برای افرادی استفاده می شود که یا درمان های دیگر که کم عارضه تر هستند و بهبود نیافته اند .

**مصرف قرص های آنتی هیستامین :** آنتی هیستامین دارویی است که بیشتر مردم هنگام بروز آلرژی مصرف می کنند ، مصرف آنتی هیستامین می تواند به کاهش خارش و تسکین اگزما در بعضی از افراد کمک کند . برخی نیز فکر می کنند که این داروها برای نشان اثری ندارد . بیشتر افرادی که مبتلا به بیماری اگزما پوستی هستند شب ها دچار خارش شدیدی می شوند و این مساله نمی گذارد شب راحت بخوابند .

**نور درمانی :** نوردرمانی یا اشعه درمانی می تواند به درمان اگزمای پوستی کمی کند ولی متخصصان کارشناسان نگران افزایش خطر سرطان پوست در این گونه افراد هستند به همین دلیل پزشکان زیاد از نور درمانی استفاده نمی کنند . در طول نوردرمانی پوست در معرض نوع خاصی از نور به نام فرابنفش قرار می گیرد این درمان معمولاً در مطب پزشکان انجام می شود این نوع درمان به افرادی گفته می شود که درمان های دیگر به آنان کمکی نکرده است .

**آیا می شود از ابتلا به اگزما پیشگیری کرد :**

شاید کودکانی که به والد برادر یا خواهر مبتلا به اگزما دارند به احتمال زیاد به این بیماری مبتلا می شوند در این کودکان استفاده از کرم ها و پمادهای مرطوب کننده در سال اول درست از زمان تولد می تواند موجب پیشگیری از اگزما شود اما پزشکان هنوز نمی دانند آیا این اقدام موجب پیشگیری از اگزما در دوره ی بزرگسالی هم شود یا نه .