

اگزما

درماتیت یا اگزما به التهاب پوستی، قرمزی و خارش پوست اطلاق می شود. درماتیت علل مختلف دارد و به اشکال گوناگون بروز می کند این بیماری یک مشکل شایع است ولی مسری و تهدید کننده حیات نیست. مجموعه ای از مراقبت های شخصی و داروها می توانند آن را درمان کنند.

انواع درماتیت

- درماتیت تماسی
- درماتیت عصبی
- درماتیت شوره ای
- درماتیت ناشی از تورم
- درماتیت آلرژیک

هر کدام از این درماتیت ها علائم و نشانه های متفاوتی دارند .

علل بیماری

این بیماری ممکن است در نتیجه تماس مستقیم با یک عامل محرک و یا آلرژی زا باشد محرک های شایع عبارتند از صابون های شستشوی لباس، صابون های معمولی و شوینده

آلرژن های احتمالی عبارتند از: ابریشم – فلزاتی نظیر نیکل – جواهرات – عطر – مواد آرایشی – علف های هرز

مواد محرک زمان و مقادیر بیشتری را نسبت به آلرژن ها نیاز دارند تا باعث ایجاد درماتیت شوند اگر شما به یک آلرژن حساس باشید، فقط یک تماس مختصر با یک مقدار کم کافی است تا منجر به بروز درماتیت شود.

درماتیت عصبی: لباس تنگ و خاراندن پوست منجر به بروز این درماتیت می شود این تحریک شما را به تکرار ساییدن پوست خود وادار می کند. شایع ترین مکان ها عبارتند از : قوزک پا – مچ – قسمت خارجی ساعد و بازو و پشت گردن

درماتیت شوره ای: اغلب دارای یک تمایل وراثتی است. در بین افرادی با پوست یا موی چرب شایع است و ممکن است با توجه به فصول سال شدت یابد. امکان دارد بیماری در زمان استرس یا برخی مشکلات عصبی نظیر بیماری پارکینسون رخ دهد.

درماتیت ناشی از تورم: هنگامی که تجمع مایع درون بافتی، پوست شما را تحت فشار قرار دهد. این نوع درماتیت رخ می دهد. ورید های واریسی و دیگر شرایط مزمن در پاها می تواند منجر به تجمع مایع شود.

درماتیت اتوپیک: اغلب با آلرژی ها همراه هست و در خانواده هایی که دیگر اعضای آن مبتلا به آسم یا تب یونجه هستند، دیده می شود. اغلب در دوران کودکی شروع و شدت مختلفی از بیماری را در طفولیت و بلوغ می بینیم. در بالغین مشکل کمتری ایجاد می کند مگر اینکه

شما در محل کار خود با مواد محرک و آلرژن در تماس باشید. علت اصلی این اختلاف شناخته نشده، اما ممکن است به دلیل عملکرد سیستم ایمنی بدن باشد. استرس می تواند این وضعیت را تشدید کند ولی درماتیت اتوپیک نیست.

در موارد زیر درمان لازم است انجام شود :

اگر ناراحتی منجر به بی خوابی و اختلال در فعالیت روزانه شود- اگر پوست شما به شدت دردناک شود - اگر به عفونت پوستی مشکوک شوید - اگر مراقبت های حفظ سلامتی شما موفق نباشد.

درمان درماتیت تماسی: درمان اولیه، شناسایی و اجتناب از مواد تحریک کننده است. گاهی اوقات کرم های حاوی هیدرو کورتیزون و پانسمان های خیس با مرطوب کردن پوست باعث کاهش خارش و قرمزی آن می شود. بهبود ضایعات ممکن است دو تا چهار هفته طول بکشد.

درمان درماتیت عصبی : اجتناب از خارش و درمان های بی مورد قدم اول درمانی است .از پوشیدن لباس های تنگ برای مدت یک هفته یا بیشتر خودداری کنید - لوسیون های هیدرو کورتیزون و کرم ها باعث نرم شدن پوست شما می شود. همچنین پانسمان های فشاری به بهبودی کمک می کند. دارو های آرام بخش در بهبود خارش کمک کننده است لذا باید تحت نظر پزشک مصرف شود، زیرا منجر به اعتیاد دارویی می شود .



دانشگاه علوم پزشکی شیراز



مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی

اگرما

ویژه آموزش به بیمار

تهیه کننده:

محبوبه قیاس نژادیان - کارشناس پرستاری

تایید کنند ه:

دکتر نگین فاضل زاده حقیقی

(متخصص پوست، مو، زیبایی و لیزر)

منابع:

پرستاری داخلی جراحی برونر و سودارث ۲۰۲۱

تابستان ۱۴۰۴

EDU-PT-117/B



پیشگیری

اجتناب از تماس با موادی نظیر پیچک سمی یا صابون های تحریک کننده - اجتناب از خشک شدن پوست - کاهش دفعات حمام کردن (مدت زمان حمام ۱۵ دقیقه و در این زمان از آب ولرم استفاده شود) - مصرف محدود صابون و شوینده های مصنوعی (از صابون های ملایم که چربی طبیعی پوست را از بین نمی برد استفاده شود) - پوست خود را به آرامی توسط حوله و بعد از حمام خشک کنید - پوست خود را مرطوب نگاه دارید.

مراحل زیر در کنترل درماتیت به شما کمک می کند :

اجتناب از خارش تا حد امکان، مناطق خارش دار را با یک پانسمان بپوشانید. ناخن های خود را کوتاه کنید و شب ها دستکش بپوشید - لباس مناسب بپوشید تا از تعریق بیش از حد جلوگیری شود - پوشیدن لباس های نازک و نرم برای جلوگیری از تحریک پوستی اجتناب از محرک های دیگر شامل فرش پشمی، لباس و رختخواب پشمی.

درمان درماتیت شوره دار: با شامپو های مخصوص پوست سر خود را با دقت بشویید. اغلب شامپو های مصرفی حاوی تار، روی، پرتیون، سالیسیک اسید یا کتوکوناژول است. کرم ها و لوسیون های هیدرو کورتیزون پوست شما را نرم می کند و باعث بهبود خارش می شود. برخی اوقات نیاز است عفونت های ثانویه نیز درمان شود.

درمان درماتیت ناشی از تورم: درمان و تصحیح عامل تجمع مایع در قوزک پا لازم است. این عمل از طریق پوشیدن جوراب های الاستیک محافظتی و جراحی عروق واریسی صورت می گیرد. همچنین کاربرد پانسمان های مرطوب جهت نرم کردن پوست و درمان کنترل عفونت نیز ضروری به نظر می رسد.

درمان درماتیت اتوپیک: درمان شامل کاربرد لوسیون های حاوی کورتیزون است. جدید ترین دسته دارویی برای این حالت دارو های تنظیم کننده سیستم ایمنی است. این دارو ها بر سیستم ایمنی اثر کرده و به سلامت پوست و کاهش التهاب کمک می کند برخی اوقات توصیه می شود این دارو در کنار هیدرو کورتیزون و یا به جای آنها مصرف شود، زیرا این عمل باعث کاهش عوارض دارویی می شود در صورت وجود ترکهای پوستی پانسمان های مرطوب همراه با اجزاء مرطوب کننده تجویز می شود که از ترشحات و عفونت جلوگیری می کند. در صورت وجود خارش شدید در کنار این دارو ها، آنتی هیستامین نیز تجویز می شود.