

## 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 دارو ها می توانند آن را در مان کنند .

انواع درماتیت عبارتند از : درماتیت تماسی ، درماتیت عصبی ، درماتیت شوره ای ، درماتیت ناشی از تورم و 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 انرژی زا باشد محرک های شایع عبارتند : صابون های شست و شوی لباس ، صابون های معمولی و شوینده

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

مواد محرک زمان و مقادیر بیشتری را نسبت به الرژن ها نیاز دارند تا باعث ایجاد درماتیت شوند اگر شما به یک الرژن 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 شمارا 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 قراردهد. 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 الرژی 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 الرژن 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 :

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 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 بهبود ی 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 .

**درمان درماتیت شوره دار:** با شامپو های مخصوص پوست سر خود را با دقت بشوید . اغلب شامپو های مصرفی حاوی تار ، روی ، پیریتیون ، سالیسیلیک اسید یا کتوکونازول است . کرم ها و لوسیون های هیدرو کورتیزون



دانشگاه علوم پزشکی شیراز



مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی

## اگزما

ویژه آموزش به بیمار

تهیه کننده:

محبوبه قیاس نژادیان - کارشناس پرستاری

تایید کننده:

دکتر فریده جوکار (متخصص پوست، مو، زیبایی)

منابع:

پرستاری داخلی جراحی برونر و سودارث ۲۰۱۸

تابستان ۱۴۰۰

EDU-PT-117/B

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 پانسمنان بیوشانید . 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 رختحواب پشمی

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 پانسمنان 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 ترکیب های پوستی پانسمنان 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

**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