

علائم اگزما

شایع ترین علائم اگزما عبارتند از:

خشکی و قرمزی پوست به همراه خارش و سوزش.

خارش زیاد اولین علامت اگزما می باشد.

خارش های مداوم باعث خشکی، پوسته

پوسته شدن، سفت و ضخیم شدن پوست

میشود که این خود دلیلی برای ایجاد اگزما

میباشد.

درمان اگزما و آموزش به بیمار:

درمان اگزما شامل تغییر شیوه زندگی و

استفاده از دارو ها می باشد.

– با استفاده از کرم ها و روغن هایی که

دارای آب کم و چربی زیاد هستند پوست را

آبدار نگه دارید.

– از استحمام بیش از حد خودداری کنید.

بلافاصله بعد از استحمام خود و پیش از

خشک

اگزما: یک لغت عمومی برای بیان التهاب

پوست (درماتیت) است. اگزما از انواع

حساسیت های پوستی است. روی سطوح

بیرونی پوست بروز می کند و به صورت دانه

های قرمز آبدار و ترشح دار است. اگزما به

صورت حساسیت به گیاهان، مواد دارویی و

حساسیت به نور نمایان می شود. معمولا

پوستی که اگزما دارد، قرمز و خشک و خارش

دار و ترک خورده است.

علل اگزما:

در صورت تماس پوست با صابون، مواد

آرایشی، پوشاک، مواد شوینده، جواهرات و

عرق اگزما بروز می کند. محرک های محیطی

نیز ممکن است موجب اگزما گردند. تغییر

دمایی هوا یا رطوبت و حتی استرس ها نیز

باعث اگزما می شوند.

کردن خود، از کرم های نرم کننده مانند

وازلین طبی استفاده کنید. با این کار بدن شما

وقتی خیس است، رطوبت را در خود ذخیره

میکند.

داروهای تجویز شده را مصرف نمایید.

هیچ علامتی از بیماری های پوستی ندارید

آموزش خود مراقبتی:

– با آب گرم (نه آب داغ) و صابون ملایم

حمام کنید.

– از تماس پوست با مواد تحریک کننده مثل

صابون ها، عطر ها، مواد شوینده، جواهرات،

محرک های محیط زیستی و... جلوگیری کنید.

– از کمپرس سرد (کیسه یخ یا آب سرد)

برای کاهش خارش استفاده کنید.

– برای انجام کار هایی که با آب سر و کار و

دارند، مثل شستن ظرف، دستکش بپوشید..



به نام خدا

اگزما



آموزش به بیمار بیمارستان لقمان حکیم

ویرایش: آذر ۹۸

جدید ترین داروها برای این عارضه داروهای
تضعیف 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 ترک های 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 ، انتی هیستامین نیز تجویز می شود

منابع:

برونر و سودارث: پوست و سوختگی، ویراست

چهاردهم ۲۰۱۸، ترجمه شریعت و همکاران

- ورزش، روش های آرام سازی و دیگر
روش های کاهش استرس می توانند به
کنترل اگزما در اثر استرس کمک میکند.

- از انجام فعالیت هایی که شما را گرم میکند
عرق میکنید و به طور ناگهانی در شما تغییر
دما و رطوبت رخ میدهد، دوری کنید. موقع
خواب هموای اتاق خنک باشد.

- از دستگاه بخور در اتاق استفاده کنید.

- بهداشت پوست را رعایت کنید،

- لباس های گشاد و نخی بپوشید. لباس های

پشمی و با پارچه های مصنوعی ممکن است

باعث تحریک پوست شوند.

درمان:

- درمان درماتیت اتوپیک: درمان شامل
کاربرد لوسیون های حاوی کورتیزون
است .