

بولوز پمفگونید

بیماری پمفگونید یک اختلال خودایمنی نادر است که در هر سنی از جمله کودکان ظاهر می شود اما پمفگونید اغلب افراد مسن را درگیر می کند . پمفگونید در اثر اختلال در عملکرد سیستم ایمنی ایجاد می شود و موجب بروز راش های پوستی و تاول بر روی ساق پاها، بازوها و شکم می گردد. این بیماری همچنین موجب ایجاد تاول هایی در غشاهای موکوسی می شود. غشاهای موکوسی تولید موکوس می کنند که به محافظت از داخل بدن کمک می کند. پمفگونید در غشاهای موکوسی چشم ها، بینی، دهان و نواحی تناسلی دیده می شود. پمفگونید همچنین در بارداری نیز رخ می دهد (پمفگونید حاملگی). درمان قطعی برای بیماری پمفگونید وجود ندارد اما برخی داروها برای کنترل این بیماری به کار می روند.

انواع پمفگونید

تمام انواع پمفگونید در اثر حمله سیستم ایمنی به بافت های سالم ایجاد می شوند. پمفگونید به صورت راش ها و تاول های پر شده از مایع بروز می کند. انواع پمفگونید در نواحی از بدن که درگیر می شوند و زمان بروز راش ها با یکدیگر متفاوت هستند.

پمفگونید تاولی

در پمفگونید تاولی (شایع ترین نوع بیماری) تاول های پوستی اغلب در بازوها و ساق پاها جاهایی که حرکت اتفاق می افتد، ایجاد می شوند. این نواحی شامل نواحی اطراف مفاصل و پایین شکم هستند.

پمفگونید غشای مخاطی

پمفگونید غشای مخاطی نوعی از بیماری پمفگونید است که تاول ها در غشاهای مخاطی ایجاد می شوند. این نواحی شامل موارد زیر هستند: دهان ، چشمها، بینی ، گلو ، نواحی تناسلی

بیشترین نواحی که درگیر پمفگونید غشای مخاطی می شوند دهان و چشم ها هستند. راش و تاول پوستی در یکی از این نواحی آغاز می شود و در صورت عدم درمان پمفگونید، به نواحی دیگر گسترش می یابد. در صورت عدم درمان پمفگونید چشم ها، این بیماری موجب بروز اسکار و در نهایت نابینایی می گردد.

پمفگونید حاملگی

زمانی که تاول های پمفگونید در دوران بارداری یا اندکی بعد از آن ایجاد می شوند، این بیماری پمفگونید حاملگی نام می گیرد. در گذشته این بیماری هرپس حاملگی نامیده می شد در حالی که ارتباطی با ویروس هرپس ندارد. تاول های پمفگونید حاملگی اغلب در سه ماهه دوم یا سوم بارداری بروز می کنند اما امکان ایجاد آن ها در هر مرحله ای از بارداری یا شش هفته بعد از آن وجود دارد. تاول های پمفگونید حاملگی بر روی بازوها، ساق پاها و شکم ایجاد می شوند.

علائم پمفگونید

شایع ترین علائم پمفگونید بروز تاول در بازوها، ساق پاها، شکم و غشاهای مخاطی است. کھیر و خارش نیز در پمفگونید شایع است. تاول های بیماری پمفگونید صرف نظر از محل ایجادشان مشخصات خاصی دارند که عبارتند از:

- راش قرمز که قبل از بروز تاول ایجاد می شود.
- تاول ها بزرگ بوده و از مایع خونی پر شده اند.
- تاول ها ضخیم بوده و به راحتی متلاشی نمی شوند.
- پوست اطراف تاول های پمفگونید نرمال و یا اندکی قرمز یا تیره است.
- تاول های ترکیده معمولا حساس و دردناک هستند.

تشخیص پمفگونید

پزشک متخصص پوست می تواند با معاینه تاول ها و انجام بیوپسی به طور دقیق و قطعی پمفگونید را تشخیص دهد. طی بیوپسی، نمونه کوچکی از پوست نواحی درگیر بیماری برداشته می شود. این نمونه ها برای وجود آنتی بادی های خاص بیماری پمفگونید مورد آزمایش قرار می گیرند. این آنتی بادی ها همچنین در خون قابل شناسایی هستند بنابراین نمونه گیری از خون نیز برای تشخیص پمفگونید کاربرد دارد.

درمان پمفگونید

کورتیکواستروئیدها (خوراکی و موضعی) اولین خط درمان پمفگونید هستند. این داروها التهاب را کاهش داده و در بهبودی تاول های پمفگونید و رفع خارش موثر خواهند بود. در هر حال، این داروها عوارض جانبی جدی خصوصا در مصرف طولانی مدت به دنبال دارند بنابراین بعد از رفع تاول های پمفگونید پزشک تدریجا دوز کورتیکواستروئیدها را کاهش می دهد.

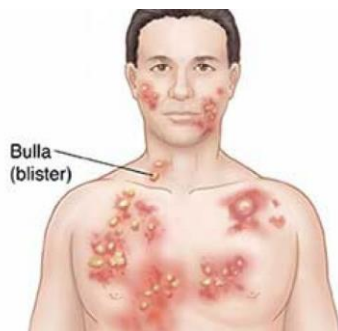
گزینه دیگر برای درمان پمفگونید مصرف داروهایی است که سیستم ایمنی را مهار کرده و اغلب به همراه کورتیکواستروئیدها به کار می روند .مهار کننده های سیستم ایمنی در کنار کمک به درمان پمفگونید، بیمار را در معرض خطر ابتلا به عفونت ها قرار می دهند. برخی آنتی بیوتیک ها مانند تتراسایکلین نیز برای کاهش التهاب تجویز می شوند.

مراقبت های بهداشتی:

- 1- از تماس با افرادی که مبتلا به بیماری مسری و عفونی هستند (حتی سرماخوردگی) خودداری نمایید.
- 2- از دستکاری ضایعات و ایجاد زخم و جراحت در پوست و مخاط پرهیز کنید.



بولوز پمفیگوئید و سایر پمفیگوئیدها



تدوین و تنظیم: دکتر حسین گراوند

گروه هدف: بیماران

تأییدکننده علمی دکتر رنجکش

تدوین مهر 1400

بازنگری شهریور 1401

شیرینی های خشک، تر و خامه ای، کیک ها و کمپوت ها، بیسکویت، نوشابه، ساندیس، بستنی و ...)

- ادویه جات، نمک و غذاهای شور مانند خیار شور، ترشیجات و سس ها، کشک، چیپس و آجیل، ماهی دودی و غذاهای کنسروی
- موسیر، سیر، پیازچه، تره
- غذاهای عجیب غریب و معجونهای گیاهی
غذاهایی که باید کم بخورید:
- نان، برنج، سیب زمینی و ماکارونی

غذاهایی که باید بخورید:

- شیر و لبنیات کم چرب
- گوشت کم چربی، مرغ، ماهی
- حبوبات
- میوه جات شسته شده و تمیز غیر از میوه هایی که قند بالایی دارند مانند خربزه، طالبی، انگور، لیمو شیرین و ...
- سبزیجات شسته شده و تمیز مانند کاهو، خیار، غیر از پیازچه و تره

سایر توصیه ها:

- همانطور که گفته شد بیماری شما قابل کنترل می باشد و شما با حفظ آرامش و خونسردی می توانید به این امر دست یابید. همچنین مشاوره روانپزشکی می تواند کمک زیادی به شما جهت دستیابی به آرامش روحی و روانی نماید.
- فشار خون خود را به طور مرتب کنترل کرده و آزمایشات دوره ای توصیه شده توسط پزشک را انجام دهید.
- در طول درمان از حاملگی پرهیز کنید.

3- دهان و دندان خود را بعد از هر بار غذا خوردن به طور کامل شستشو دهید (غرغره با جوش شیرین)

4- شستشو و حمام روزانه با آب ولرم و با صابون و شامپوی ملایم را رعایت کنید.

5- پوست را با یک حوله نرم خشک نکنید.

6- دقت کامل در شستشو و ضد عفونی مواد خوراکی داشته باشید.

ورزشهای سبک را به طور مرتب انجام دهید و از خستگی زیاد پرهیز کنید.

مراقبت های غذایی:

1- به علت مصرف کورتون ممکن است احساس گرسنگی بیشتری کنید. با مصرف زیاد مواد پر حجم (میوه و سبزیجات) و لبنیات گرسنگی را کنترل نمایید.

2- رژیم غذایی شما باید حاوی پروتئین فراوان (تخم مرغ، گوشت، ماهی، حبوبات و مرغ)، لبنیات فراوان (شیر و ماست)، مایعات کافی، میوه و سبزیجات متنوع باشد.

3- رژیم غذایی شما همچنین باید کم کربوهیدرات (مواد قندی و نشاسته ای)، کم چربی و بی نمک باشد. غذا به مقدار کم و در دفعات زیاد میل شود.

4- در صورت بروز علائمی مانند ناراحتی گوارش (درد در مجاری گوارشی، خونریزی معده و خون در مدفوع)، تب، دردهای استخوانی و درد قفسه سینه به پزشک معالج خود اطلاع دهید.
غذاهایی که نباید بخورید:

- غذاهای خیلی چرب (روغن حیوانی، خامه، سرشیر)

- مواد قندی (قند، شکر، مربا، عسل، نبات، آب نبات و شکلات، کاکائو، سوهان، گز، باقلوا،