پسوریازیس :

بیماری شایع مزمن غیر مسری پوستی است که، چرخه زندگی سلول‌های پوستی را بهم می زند. پسوریازیس با افزایش سرعت ساخت سلول بر سطح پوست، باعث بوجود آمدن تکه های نقره ای ضخیم و خارش دار، خشک و یا تکه های قرمز که گاهی اوقات دردناک هم هستند، می شود. این تکه ها بیشتر در نقاط اطراف پوست سر، آرنج و زانو ظاهر می شوند. برای بعضی از افراد بیماری پسوریازیس فقط آزاردهنده است، اما برای بعضی دیگر این بیماری بخصوص اگر با ورم مفاصل همراه باشد، باعث از کار افتادگی می‌شود.

در هر سنی شیوع دارد اما اوج آن در۲۸ سالگی است. تمایل به دوره هایی از بهبودی و ظهور مجدد در سراسر زندگی دارد.

تظاهرات بالینی:

علایم پسوریازیس می تواند بین افراد مختلف، متفاوت باشد و شامل یک یا چندتا از نشانه های زیر شود:

- لکه های قرمز و برجسته روی پوست که با فلس‌های نقره‌ای پوشیده شده است.
- نقاط کوچک پوسته پوسته شده (معمولا در کودکان دیده می‌شود).
- پوست خ شک و ترک خورده که ممکن است خونریزی هم بکند.
- خارش، سوزش و یا درد در نقاطی از پوست.
- ناخن ضخیم، سوراخ شده و یا برآمده ، تغییر رنگ، خرد شدگی لبه آزاد ناخن ها و یا جداشدن تمام ناخن از بسترخود.
- مفاصل متورم و سفت شده.

بعضی از انواع پسوریازیس شامل:

- پسوریازیس پلاکی: این نوع از پسوریازیس شایع ترین نوع بیماری است و حدودا ۹۰ درصد مبتلایان به پسوریازیس از این نوع از بیماری رنج می‌برند. نشانه‌های آن شامل، جراحات و زخم های پوستی خشک و قرمز می شود، که با فلس‌های نقره‌ای پوشیده شده اند. هرچند ناحیه خاصی مخصوص این نوع از بیماری نیست و این بیماری می‌تواند در همه جای بدن ظاهرشود، اما معمولا پسوریازیس پلاکی در آرنج، زانو و پوست سر خود را نشان می دهد. پلاک‌ها می توانند خشک و خارشدار باشند . در مراحل پیشرفته و شدید بیماری، پوست دور مفاصل ممکن است، تکه شده و خونریزی نماید.
- پسوریازیس پوست سر : دربعضی از افراد مبتلا به پسوریازیس پوست سر، ناحیه شدیدا خارش دارد. در موارد پیشرفته بیماری می تواند باعث ریزش موی موقتی شود، که با درمان بیماری ریزش مو هم بهبود می‌یابد.
- پسوریازیس ناخونی : تقریبا نصف افراد مبتلا به پسوریازیس، بیماری بر ناخون هایشان تاثیر می‌گذارد. پسوریازیس می‌تواند باعث سوراخ شدن و یا غیرعادی شدن ناخن‌های شما (رشد بیش از حد، رفتن رنگ ناخن و حتی جداشدن ناخن ازدست) بشود.
- پسوریازیس قطره ای: این نوع از پسوریازیس باعث بوجود آمدن نقاطی کوچک شبیه قطره برروی، قفسه سینه، دستها، پا و پوست سر می‌شود.
- پسوریازیس معکوس: عموما این بیماری زیربغل، کشاله ران، زیر پستان و دور نواحی جنسی رخ می‌دهد. پسوریازیس معکوس باعث بوجود آمدن، تکه‌های نرم و قرمز و پوست ملتهب در آن ناحیه می‌شود. این نوع بیماری در افراد چاق شایع تر است و با عرق کردن و یا مالیدنش بدتر می‌شود.

دلایل ابتلا به پسوریازیس

دلیل اصلی ابتلا به پسوریازیس هنوز معلوم نیست، اما عواملی که در ادامه بیان می شوند، معمولا بیشترین تاثیر را در ابتلا به بیماری پسوریازیس داشته اند، این عوامل شامل:

- سابقه خانوادگی و ژنتیک، عفونت از جمله عفونت گلو یا برفک دهان ، صدمه به پوست، استرس ، هوای سرد ، سیگارکشیدن، مصرف زیاد الکل ، داروهایی خاص از جمله داروهای درمان بیماری دوقطبی، فشارخون بالا ، داروهای ضدمالاریا و...،چاقی.

درمان:

- درمان های موضعی : کورتیکو استروئیدهای موضعی، پانسمان های بسته، کلسیپوترین، تازاروتن و تریامیسنولون و... .
- اشعه درمانی
- درمان عمومی: سیتوتوکسیک های موضعی مثل متوترکسات،سیکلوسپورین، آنتی بادی منوکلونال بیمارانی که از فراورده های کورتیکواستروئیدی در اطراف چشم و صورت استفاده می کنند احتمال بروز کاتاراکت وجود دارد.

مراقبت های درمانی:

- **حمام کردن روزانه**. سعی کنید ۱۵ دقیقه در وان بمانید و همچنین از آب داغ و صابون‌های خشک استفاده نکنید. آب ولرم و صابون‌های معمولی که چربی و روغن هم در خود دارند مناسب است
- **استفاده از مرطوب کننده** . پس از حمام پوست خود را با مالیدن مرطوب کننده مبتنی برپماد برروی آن مرطوب نمایید.
- **قراردادن پوست در برابر مقدار کمی آفتاب** . دقت کنید که آفتاب زیاد می‌تواند برای بدن مضر باشد و بیماری را نیز بدتر کند . همچنین در هنگام آفتاب گرفتن از کرم های ضدآفتاب استفاده کنید.
- **پوشاندن نواحی تحت تاثیر در هنگام خواب.**
- **از خاراندن یا کندن نواحی مبتلا خودداری کند.**
- **دوری از مصرف الکل و سیگار.**
- **رژیم غذایی سالم.**
- **دوری از استرس.**
- **دوری از عوامل تحریک کننده پوست.**

مرکز آموزشی ودرمانی سینا

راهنمای مراقبتی بیماری

پســوریازیــس

تهیه و تدوین: فریده نیلی

گروه هدف: بیماران و همکاران بخش پوست و عفونی

اسفند ۱۳۹۶