

آموزشهای بدو بستری :

- 1- دستبند شناسایی که به دست غالب شما بسته شده است تا زمان ترخیص نگهداری کنید.
- 2- به علت خطر سقوط از تخت همیشه نرده کنار تخت بالا باشد .
- 3- حتماً قبل از خروج از تخت 10 دقیقه در تخت نشسته و سپس کنار تخت نشسته و پاها را آویزان کنید. در صورت عدم ضعف و سر گیجه ، اقدام به خروج از تخت نمایید.
- 4- همراه بیمار باید قبل از انجام هر اقدامی برای بیمار ، به پرستار اطلاع دهد.
- 5- نام پزشک خود را بدانید و نام پرستار خود را در هر شیفت بپرسید .
- 7- در موقع ترخیص از زمان و مکان مراجعه به پزشک اطمینان حاصل کنید

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 نسری و تهدید حیات نیست. مجموعه ای از مراقبت های شخصی و داروها می توانند آن را درمان کنند.

انواع درماتیت عبارتند از : درماتیت تماسی ، درماتیت عصبی ، درماتیت شوره ای ، درماتیت ناشی از تورم و درماتیت آلرژیک . هر کدام از این درماتیک 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 های 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 منجر به بروز درماتیت شود .

درماتیت عصبی : لباس تنگ و خاراندن پوست منجر به بروز این درماتیت می شود ایت 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. وریدهای 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.



دانشگاه علوم پزشکی تبریز

مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی سینا

اگزاما

ویژه آموزش به بیمار

تهیه کننده :

دکتر عبدالفاضل معرفت

تاییدکننده علمی دکتر رنجکش

تدوین مهر 1400

بازنگری شهریور 1401

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 15 دقیقه و در 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 بیوشانید . ناخن های خود را کوتاه کنید و شب ها دستکش بیوشید - لباس مناسب بیوشید 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

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 کورتیزن و کرم ها باعث نرم شدن پوست شما می شود . همچنین پانسمان های فشاری به بهبودی کمک می کند . داروهای 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 شامپوهای مخصوص پوست سر

خود را با دقت بشوید. اغلب شامپوهای مصرفی حاوی تار ، روی ، پربتینون ، سالیسیک اسید یا کتوکانازول است ، کرم ها و لوسیون های هیدرو کورتیزون پوست شما رو 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

مابع در قوزک پا لازم است . این عمل از طریق پوشیدن جوراب های پلاستیک 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.