

## بولوز پمفیگونید

بیماری پمفیگونید یک اختلال خودایمنی نادر است که در هر سنی از جمله کودکان ظاهر می شود اما پمفیگونید اغلب افراد مسن را درگیر می کند . پمفیگونید 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. پمفیگونید در غشاهای موکوسی چشم ها، بینی، دهان و نواحی تناسلی دیده می شود. پمفیگونید همچنین در بارداری نیز رخ می دهد (پمفیگونید حاملگی). درمان قطعی برای بیماری پمفیگونید وجود ندارد اما برخی داروها برای کنترل این بیماری به کار می روند.

## انواع پمفیگونید

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

## پمفیگونید تاولی

در پمفیگونید 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.

## پمفیگونید غشای مخاطی

پمفیگونید غشای مخاطی نوعی از بیماری پمفیگونید 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 پمفیگونید 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 پمفیگونید، به نواحی دیگر گسترش می یابد. در صورت عدم درمان پمفیگونید چشم ها، این بیماری موجب بروز اسکار و در نهایت نابینایی می گردد.

## پمفیگونید حاملگی

زمانی که تاول های پمفیگونید در دوران بارداری یا اندکی بعد از آن ایجاد می شوند، این بیماری پمفیگونید حاملگی نام می گیرد. در گذشته این بیماری هرپس حاملگی نامیده می شد در حالی که ارتباطی با ویروس هرپس ندارد. تاول های پمفیگونید 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 پمفیگونید حاملگی بر روی بازوها، ساق پاها و شکم ایجاد می شوند.

## علائم پمفیگونید

شایع ترین علائم پمفیگونید بروز تاول در بازوها، ساق پاها، شکم و غشاهای مخاطی است. کهیر و خارش نیز در پمفیگونید شایع است. تاول های بیماری پمفیگونید 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 پمفیگونید نرمال و یا اندکی قرمز یا تیره است.
- تاول های ترکیده معمولا حساس و دردناک هستند.

## تشخیص پمفیگونید

پزشک متخصص پوست می تواند با معاینه تاول ها و انجام بیوپسی به طور دقیق و قطعی پمفیگونید 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 پمفیگونید مورد آزمایش قرار می گیرند. این آنتی بادی ها همچنین در خون قابل شناسایی هستند بنابراین نمونه گیری از خون نیز برای تشخیص پمفیگونید کاربرد دارد.

## درمان پمفیگونید

کورتیکواستروئیدها (خوراکی و موضعی) اولین خط درمان پمفیگونید هستند. این داروها التهاب را کاهش داده و در بهبودی تاول های پمفیگونید 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 پمفیگونید پزشک تدریجا دوز کورتیکواستروئیدها را کاهش می دهد.

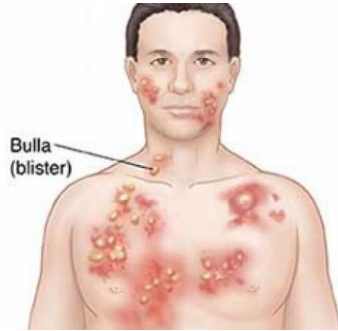
گزینه دیگر برای درمان پمفیگونید مصرف داروهایی است که سیستم ایمنی را مهار کرده و اغلب به همراه کورتیکواستروئیدها به کار می روند. مهار کننده های سیستم ایمنی در کنار کمک به درمان پمفیگونید، بیمار را در معرض خطر ابتلا به عفونت ها قرار می دهند. برخی آنتی بیوتیک ها مانند تتراسایکلین نیز برای کاهش التهاب تجویز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

تاییدکننده 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 نمایید.

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،