

بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و
خدمات بهداشتی درمانی استان اردبیل

مرکز آموزشی درمانی امام رضا (ع)

ایکتیوز و لگاریس



تهیه و تنظیم :

زهره نوری آذر - منیره افسر

زیر نظر : سوپروایزر آموزشی

منبع : داخلی و جراحی برونروسودارث

تایید کننده : دکتر عدالتخواه

اقدامات مراقبتی

- مدت بیشتری را در حمام بمانید تا پوست نرم شود. از شوینده های ملایم استفاده کنید. پوست را با استفاده از اسفنجی ملایم شستشو دهید. این کار به شما کمک خواهد کرد تا پوسته ها به آرامی از پوست برداشته شوند.
- بعد از **دوش گرفتن** یا حمام کردن با استفاده از حوله، پوست را به آرامی خشک کنید، به این ترتیب مقداری رطوبت روی پوست باقی خواهد ماند.
- از مرطوب کننده یا کرم لوبریکانت هنگامی که پوست تان مرطوب است استفاده کنید. مرطوب کننده های حاوی اوره و پروپیلن گلیکول را انتخاب کنید. این ترکیبات به حفظ رطوبت پوست کمک می کند.
- از محصولات غیر نسخه ای حاوی اوره، لاکتیک اسید و یا غلظت های اندک سالیسیلیک اسید روزانه دو بار استفاده کنید. ترکیبات اسیدی خفیف به از بین رفتن پوست های مرده کمک می کند. اوره به حفظ رطوبت پوست کمک می کند.
- از دستگاه رطوبت ساز خانگی استفاده کنید تا رطوبت هوای خانه افزایش یابد.

درمان

ایکتیوز و لگاریس درمان شناخته شده ای ندارد، بنابراین هدف درمان کنترل شرایط و علائم می باشد. به عبارتی درمان قطعی اکتیوز مشخص نیست. انتخاب های درمانی برای اکتیوز عبارت است از:

کرم ها و پماد های نسخه ای حاوی آلفا هیدروکسی اسید مانند لاکتیک اسید و گلیکولیک اسید، می تواند به کنترل علائم اکتیوز و لگاریس و افزایش رطوبت پوست کمک کند.

پزشک می تواند داروهای مشتق ویتامین A به نام رتینوئیدها را برای شما نسخه کند تا تولید سلول های پوستی کاهش یابد. عوارض جانبی این داروها عبارت از التهاب لب و چشم ها، اسپوره های استخوانی و ریزش مو هستند. رتینوئید ها می تواند سبب بروز نقص در جنین شود. خانم هایی که با رتینوئید تحت درمان قرار دارند باید از عدم بارداری خود در هنگام شروع مصرف داروها اطمینان یابند.

در طول بازه درمان با رتینوئید ها باید از روش های مطمئن ضد بارداری استفاده کنید.

ایکتیوز و لگاریس چیست؟

ایکتیوز و لگاریس نوعی اختلال پوستی ژنتیکی می باشد، که سلول های مرده به صورت ضخیم و خشک روی سطح پوست تجمع می یابند. اِیکتیوز و لگاریس با عنوان بیماری پوست ماهی نیز شناخته می شود که می تواند از ابتدای تولد وجود داشته باشد اما معمولاً اولین علائم در دوران طفولیت آغاز می شود. برخی اوقات موارد خفیف اِیکتیوز و لگاریس بدون تشخیص باقی می ماند، زیرا با خشکی شدید پوستی اشتباه گرفته می شود. اغلب موارد اِیکتیوز، خفیف هستند، اما در برخی موارد بیماری می تواند شدید باشد. برخی اوقات سایر بیماری های پوستی مانند آلرژی های پوستی، شرایطی مانند اگزما می تواند با اِیکتیوز و لگاریس ارتباط داشته باشد. این بیماری فرایند پوسته ریزی طبیعی پوست را کند می کند. این روند سبب تجمع بیش از حد پروتئین هایی در لایه بالاتر پوست می شود.

علائم بیماری

✚ پوست خشک و ناهموار

✚ فلس های کوچک شبیه کاشی

✚ فلس های رنگی به رنگ سفید، خاکستری کثیف

و یا قهوه ای یا فلس هایی با رنگ تیره که عموماً روی پوست های تیره تر مشخص می شود.

✚ پوسته پوسته شدن کف سر

✚ فلس شدن پوست معمولاً روی آرنج ها و بخش های پایینی پا مشخص می شود و در نواحی ساق پا ضخیم و تیره می گردد.

اغلب موارد اِیکتیوز خفیف می باشد، اما در برخی موارد اِیکتیوز و لگاریس می تواند شدید نیز باشد. شدت علائم اِیکتیوز و لگاریس می تواند در بین اعضای خانواده ای که به اِیکتیوز و لگاریس مبتلا هستند متفاوت باشد. علائم معمولاً در سرما، شرایط محیطی خشک تشدید می شود و در گرما و محیط های مرطوب علائم بهتر شده و حتی برطرف می شود.

تشخیص بیماری

معمولاً با معاینه پوست آسیب دیده و بررسی فلس های پوست، پزشک بیماری را تشخیص می دهد. بعلاوه ممکن است بیوپسی پوست یا نمونه برداری از پوست نیز انجام شود. این کار به خاطر رد کردن دیگر علل بروز خشکی روی پوست انجام می شود. افتراق اِیکتیوز اکتسابی از خشکی پوست دشوار نیست. گاهی سابقه ای از ایجاد بیماری در بعضی فصول سال، استفاده از دیورتیک ها، حمام کردن بیش از حد و استفاده از صابون ها در تشخیص کمک کننده است. از طرفی خشکی پوست به درمان های ساده مثل کرم های نرم کننده جواب می دهد در حالی که اِیکتیوز نیاز به درمان های اختصاصی دارد و گاهی بیوپسی جهت افتراق کمک می کند.

اگر شما یا فرزندتان به اِیکتیوز و لگاریس مشکوک هستید، باید با پزشک خانواده و یا متخصص پوست صحبت کنید. پزشک می تواند با معاینه مشخصات فلس ها اِیکتیوز و لگاریس را تشخیص دهد.

اگر علائم اِیکتیوز و لگاریس با مراقبت های فردی بهبود نیافته و یا بدتر شود در آن صورت باید به دنبال مشاوره پزشکی باشید. برای کنترل اِیکتیوز و لگاریس ممکن است به داروهای قوی تری نیاز داشته باشید.

ایکتیوز و لگاریس عموماً در نتیجه جهش ژنتیکی به ارث رسیده از یکی از والدین یا هر دوی آن ها ایجاد می شود، که به آن اِیکتیوز ارثی نیز گفته می شود. در اینجا می توان به انواع اِیکتیوز اشاره کرد. کودکانی که ژن ناقصی از یک والد را دریافت کنند، به فرم خفیف اِیکتیوز و لگاریس دچار می شوند. کودکانی که دو فرم ناقص ژن را به ارث برند به اِیکتیوز و لگاریس شدیدتری دچار می شوند. کودکانی که به فرم موروثی اختلال اِیکتیوز و لگاریس دچار باشند معمولاً در ابتدای تولد پوست نرمالی دارند اما در طول سال های اولیه زندگی پوسته های فلس مانند و خشن ایجاد می شود.

اگر ناهنجاری های ژنتیکی مسئول ایجاد اِیکتیوز نباشد در آن صورت اِیکتیوز اکتسابی خواهد بود. اِیکتیوز اکتسابی معمولاً با سایر بیماری ها مانند سرطان، بیماری های تیروئیدی و یا ایدز ارتباط دارد.