

بیماری لوپوس چیست؟

بیماری لوپوس اریتماتوز سیستمیک (Systemic Lupus Erythematosus) که به نام SLE نیز شناخته شده است، یک بیماری خود ایمنی و التهابی مزمن است به این معنا که سیستم دفاعی بدن به بافتهای مختلف حمله کرده زیرا که آنها را عامل خارجی تلقی می کند. آسیب به بافتهای بدن موجب علائمی مثل درد، تورم و آسیب به ارگانهایی مثل سیستم خونساز، مفاصل، پوست، کلیه، قلب، ریه و سیستم عصبی خواهد شد. لوپوس در برخی افراد خفیف و در برخی شدیدتر بروز می کند.

علل بیماری

- علت دقیق بیماری مشخص نیست،
- ولی عامل ارث و اختلال هورمونی می تواند در استعداد ابتلا به بیماری در اثر عوامل مختلف مثل قرار گرفتن در معرض نورخورشید، عفونتها، جراحی و بارداری تاثیر گذار باشد.



علائم بیماری

علائم لوپوس به دلیل التهاب ایجاد می شود که بر کل یا قسمتی از بدن اثر می گذارد. سایر علائم لوپوس مربوط به التهاب و آسیب ارگانههای خاص بدن می باشد.

• علائم مربوط به کل بدن شامل:

- تب
- خستگی
- کاهش وزن

• علائم مربوط به ارگانهای بدن مثل:

- ایجاد لک پروانه ای روی صورت

- التهاب مفاصل یا آرتریت،

- ریزش مو

- اختلال خونسازی به انگشتان دست و پا (بیماری رینود)

- درد قفسه سینه هنگام تنفس عمیق و کوتاه شدن تنفس

- درد شکم

- زخم های دهان و بینی

- اختلال کارکرد کلیه یا سیستم فیلتر کننده آن ،

- درد شکم و یا التهاب شکم و روده

- علائم تاثیر بیماری روی سیستم اعصاب مثل گیجی و اختلال حافظه،

سردرد، تشنج، ضعف و کرختی اندامها، علائم حملات تشنجی مغز

تشخیص بیماری

تشخیص لوپوس اغلب دشوار است ولی:

- * معاینات دقیق و بررسی علائم
- * آزمایشات خون و ادرار
- * در صورت نیاز بیوپسی (نمونه برداری) از کلیه و یا پوست در تشخیص بیماری موثر است.
- * بررسی آزمایش ANA یا آنتی بادی های ضد هسته سلولی در تشخیص بیماری کمک کننده است.
- * عکس برداری از قفسه سینه با اشعه ایکس و اکوکاردیوگرافی برای بررسی عملکرد قلب و ریه ها

درمان بیماری

- داروهای ضدالتهاب غیر استروئیدی یا (NSAIDs) التهاب را کاهش داده و درد قفسه سینه و تب را بهبود می بخشد. این داروها مثل ایندومتاسین و ناپروکسن
- داروهای ضد مالاریا مثل هیدروکسی کلروکین جهت برطرف کردن خستگی و دردمفاصل و ضایعات پوستی و التهاب ریه ها تجویز می گردد.
- داروهای کورتیکواستروئیدی مثل پردنیزولون در برطرف کردن التهاب موثر است. که این داروها یا به صورت کرم و یا قرص و تزریقی داخل وریدی داده می شود.
- داروهای سرکوب کننده ایمنی مثل میکوفنولات، سیکلوفسفامید، آزاتیوپرین، جهت بهبود علائم کلیوی و اعصاب تجویز می گردد.
- سایر درمانها می تواند شامل آنتی بادی های ضد سلولهای نوع B مثل ریتوکسی ماب باشد.

درباره ی بیماری لوپوس چه

می دانید؟



- ♦ در صورت تصمیم به بارداری بیماران بایستی قبل از اقدام با پزشک خود مشورت نموده و در طول بارداری حتما تحت نظر پزشک معالج خود باشند. برای بارداری بیمار بایستی صبر نموده تا علائم بیماری فروکش کرده و بیماری فعال نباشد. از داروهایی که در دوره ی بارداری ممنوع است استفاده نکند.
- ♦ بیماران مبتلا به لوپوس با دریافت داروهای سرکوب کننده ایمنی و کورتیکواستروئیدها در معرض پوکی استخوان و عفونت می باشند. مراقب باشید تا دچار شکستگی عفونت قرار نگیرید.
- ♦ سیگار باعث تشدید مشکلات قلب و عروق در بیماران می شود. پس ترک سیگار برای بیماران مبتلا ضروری است.
- ♦ اجتناب از مصرف داروهای ضد بارداری مگر با اجازه پزشک

علائم هشدار دهنده: (در صورت بروز علائم زیر به پزشک مراجعه شود):

- ♦ تب
- افزایش احساس خستگی و درد
- بیشتر شدن ضایعات پوستی و زخم های دهانی و بینی
- درد شکم
- سردرد
- سرگیجه
- تورم بدن (ادم اندام تحتانی یا ادم دور چشم)
- تنگی نفس

مراقبت در منزل

- ♦ رژیم غذایی بیمار با لوپوس بایستی کم چرب، همراه با میوه و سبزیجات تازه، غلات سبوس دار، میزان متوسطی از گوشت و ماکیان و ماهی باشد.
- ♦ اگر بیمار تب داشته باشد نیاز دارد که کالری بیشتری را دریافت نماید.
- ♦ اجتناب از شرایط پر استرس
- ♦ ورزش هایی که ملایم باشد در بهبودی و کاهش خطر مشکلات قلبی و افسردگی و بهبود وضعیت مفاصل موثر است.
- ♦ بیمار بایستی خواب کافی در شب و چرت نیمروزی و استراحت کافی داشته باشد.
- ♦ از در معرض نور خورشید قرار گرفتن اجتناب شود. در مواردی که بیمار در معرض آفتاب قرار گیرد، از کلاه و دستکش و کرم ضد آفتاب استفاده نماید.
- ♦ اجتناب از قرار گرفتن در معرض آب و هوای سرد.
- ♦ برای پیشگیری از پنومونی و آنفلوانزا واکسیناسیون توصیه می شود.
- ♦ ولی تزریق واکسن هایی با ویروس زنده مثل سرخک و اوریون و سرخچه در این بیماران ممنوع است.