

راه‌های تشخیص

- ◇ بررسی سابقه پزشکی و علائم
- ◇ بررسی سابقه خانوادگی بیماری‌های خودایمنی
- ◇ معاینه بدنی
- ◇ تست‌های آزمایشگاهی
- ◇ روش‌های تصویربرداری و بررسی عروق ریز (کاپیلروسکوپی)

به چه نکاتی باید توجه نمایید؟

- * به دلیل اختلال گردش خون در این بیماری، از لباس های گرم به خصوص دستکش و جوراب استفاده کنید. از تماس با سرما شدید اجتناب کنید. وضعیت آب و هوا را نیز در نظر داشته و احتیاط های لازم را به کار برید.
- * از ایجاد سوختگی و بریدگی، بدن خود را حفظ کنید.
- * هنگام خواب زیر سر خود ۲ یا ۳ بالش بگذارید یا سر خود را ۱۵-۲۰ سانتی متر بالاتر از سطح بدن قرار دهید تا از پس زدن اسید معده به داخل مری جلوگیری شود.
- * از استعمال دخانیات خودداری کنید.
- * برای تطبیق دادن خود با یک بیماری غیر قابل علاج و مادام العمر، روان درمانی یا مشاوره با روانپزشک توصیه می شود.
- * برای تسکین سوزش سردل یا سوء هاضمه می توان از آنتی

علائم اسکرودرمی کدامند؟

- سفت و ضخیم شدن پوست
- اختلال در گردش خون و زخم شدن نوک انگشتان
- دشواری در بلع و کوچک شدن دهان
- اختلال در جذب غذا
- نفخ پس از غذا خوردن
- کاهش وزن
- سوزش سردل و احساس ماندن غذا در پشت جناغ
- سفت و ضخیم شدن پوست به خصوص در ناحیه صورت که باعث از دست رفتن نرمی و انعطاف پذیری آن می شود
- خشکی دهان و کاهش اشک
- ضعف و خستگی
- درد، خشکی و تورم مفاصل
- کم خونی

دلایل ابتلا به اسکرودرمی

- ژنتیک: افرادی که دارای ژن های خاصی هستند بیشتر از سایرین در معرض خطر اسکرودرما قرار دارند. این موضوع نشان می دهد که چرا این بیماری در بعضی از خانواده ها یا گروه‌های قومی شایع تر است.
- محرک های زیست محیطی: در بعضی از افراد، مواجهه با ویروس‌ها، داروها یا مواد شیمیایی در ایجاد علائم بیماری نقش دارد.
- مشکلات سیستم ایمنی: اسکرودرما یک بیماری خودایمنی است، یعنی به دلیل واکنش سیستم ایمنی بدن به بافت های همبند رخ می‌دهد.

اسکرودرمی یک اختلال خودایمنی و نادر پیشرونده و با علت ناشناخته است که باعث ازدیاد غیرطبیعی کلاژن و بافت‌های همبند می‌شود. و به دلیل افزایش تولید کلاژن، بافت و ظاهر پوست سفت می‌شود.



اسکرودرمی اغلب با تغییر رنگ و سفید شدن شدید انگشتان دست ها پاها در مواجهه با سرما یا استرس شروع شده و پس از آن ابتدا تورم منتشر و سپس سفتی پوست دست ، صورت و بدن ظاهر می‌شود.

این بیماری می تواند علاوه بر پوست، مفاصل، دستگاه گوارش به خصوص مری، قلب، کلیه ها، ریه ها، عروق خونی و انگشتان دست و پا را مبتلا کند. اسکرودرمی در سنین بزرگسالی هم در مردان و هم در زنان مشاهده می شود اما در زنان در سنین بین ۳۰ تا ۵۰ سالگی شایع تر است.

اسکرودرمی یک اختلال واگیردار یا سرطان نیست.

اسکلرودرمی

Scleroderma



- نرمش با حرکت دادن منظم ممکن است به حفظ انعطاف پذیری پوست، حفظ جریان خون در حد مطلوب و پیشگیری از جمود مفصلی کمک کند.
- برای به حداقل رسیدن نفخ، سوزش سردل و ناراحتی گوارشی از وعده های غذایی کم حجم ولی متعدد استفاده کنید.
- رژیم غذایی نرم گاهی توصیه می شود. برای کمک به بلع لقمه غذا همراه آن مایعات مصرف کنید. از یک کارشناس تغذیه برای طرح ریزی یک رژیم مغذی کمک بگیرید.

در چه شرایطی باید به پزشک مراجعه نمود؟

اگر شما یا یکی از اعضای خانواده تان دارای علائم ذیل باشید:

- کبودی انگشتان در مواجهه با سرما یا استرس
- کندی ترمیم زخم ها
- سفتی پوست و تنگی نفس پیشرونده

آیا بیماری اسکلرودرمی خطرناک است؟

هیچ درمان قطعی برای این بیماری وجود ندارد، تمامی درمان ها حمایتی می باشد. اما اکثر افراد مبتلا به آن می توانند به کمک درمان های موجود زندگی کامل و شادی داشته باشند.

اسیدهای بدون نسخه و برای تخفیف درد عضلانی و مفصلی از مسکن ها مثل استامینوفن استفاده کرد.

• برای نرمی پوست می توان از محلول ها، نرم کننده ها و چرب کردن با روغن استفاده کرد.

• ممکن است داروهای تجویز شود:

- کورتیکواستروئیدها

- داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی، مانند متوترکسات

بسته به علائم شما، ممکن است راه کارهای درمانی زیر هم توصیه شوند:

- * داروهای کنترل سیستم ایمنی
- * داروهای کاهش دهنده فشار خون و باز کننده عروق
- * دارو برای کمک به بهبود تنفس
- * فیزیوتراپی یا کار درمانی
- * معاینه منظم دندان ها برای جلوگیری از آسیب دیدگی دهان و دندان
- تا حد توان به فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری ادامه دهید ولی خود را خسته نکنید.

از قطع ناگهانی داروهای مثل پردنیزولون خودداری شود. قطع ناگهانی دارو باعث عود بیماری و تشدید علائم بیماری می شود.