



به نام خالق هستی بخش

دانشگاه علوم پزشکی استان فارس

عنوان:

اسکلرودرمی چیست؟

تهیه کننده: رویا باقری (کارشناسی ارشد پرستاری)

منبع: کتاب داخلی جراحی برونر (2018)

تاریخ تدوین: تیر 1401

تاریخ آخرین بازنگری:



«مرکز آموزشی درمانی حافظ»



دارو

تاثیر داروها در افراد مختلف متفاوت است به عبارت دیگر دارویی که برای یک نفر مناسب است شاید برای شما مفید نباشد

رژیم غذایی

هیچ شواهدی وجود ندارد که رژیم غذایی عامل اسکلرودرما بوده و یا روی آن تاثیر داشته باشد. با این وجود این بیماری می تواند باعث کاهش وزن شود و یا در بلع مشکل ایجاد کرده و باعث سوزش معده شود.

سعی کنید در وعده های غذایی خود تعادل ایجاد کنید و وزن نرمال داشته باشید. اگر مشکل در بلع دارید باید غذا را آرام بجوید، نوشیدن آب یا مایعات مشابه خوردن را راحت تر می کند. خوردن چندین وعده غذایی ایده خوبی است مثلاً به جای سه وعده غذای کامل در روز 6 وعده غذای کوچک میل کنید. اگر امکان دارد سعی کنید بیشترین حجم وعده های غذایی را بجای شب و اواخر آن در اواسط روز میل کنید.

اگر سوزش معده پیدا کردید هنگام خواب سر تخت را 15 سانتی متر بالاتر از امتداد بدن قرار دهید. با این روش ، از برگشت اسید از معده به مری جلوگیری می شود.

استرس

ممکن است با طولانی شدن دوره بیماری مشکلات اجتماعی و عاطفی بوجود آید و شما را دچار استرس کند. باید بدانید که استرس بر بیماری شما تاثیر مستقیم دارد چون باعث کاهش جریان خون به بعضی از قسمت های بدن خواهد شد. شاید ظاهر صورت و دستتان شما تغییر کند و این عارضه باعث ناراحتی می شود اما مهم این است که این موضوع شما را دچار استرس نکند. سعی کنید در مورد مشکلات عاطفی و استرس های ایجاد شده با خانواده یا دوستان صحبت کرده و فشار را بروی خود کم کنید.



درمان بیماری

هیچ دارو یا درمان خارق العاده ای برای اسکلرودرما وجود ندارد. درمان شامل ورزش، مراقبت از پوست و داروهای مختلفی می باشد که بیماری را کنترل و شرایط بحرانی را مدیریت می کند.

تمرین و حفاظت از مفاصل

برنامه ورزشی منظم یکی از مهمترین روش هایی است که عوارض بیماری را به حداقل می رساند. تمرینات ورزشی مداوم، باعث می شود پوست نرم شده، انقباض انگشتان کاهش یافته و جریان گردش خون راحت تر می شود. تمرینات و حرکت مفاصل آسیب دیده می بایست به آرامی و با ملایمت انجام شود.

مراقبت از پوست

هدف از مراقبت تامین جریان مناسب خون در پوست است تا از ترک خوردن، کنده شدن و زخم شدن آن محافظت شود. گرم نگه داشتن نوک انگشتان تا پنجه کمک می کند که عروق خونی بازو و دست و پا باز شوند. در هوای سرد این قسمت ها سردترین نقاط بدن هستند. به یاد داشته باشید، در این هنگام کلاه بپوشید چون قسمت اعظم گرما از ناحیه سر تلف می شود. بهتر است از گرم کن، دستکش و جوراب گرم استفاده کنید. برای اینکه پوست خود را تا حد امکان نرم نگهدارید از پاک کننده های قوی یا موادی که ایجاد حساسیت پوستی می کنند استفاده نکنید. می بایست از صابونها و کرمهای ضد حساسیت و نرم کننده استفاده نمائید.



اگر سیگار می کشید آن را ترک کنید چون کشیدن سیگار جریان خون پوست را کاهش می دهد.

واژه "اسکلرودرما" از دو کلمه با ریشه یونانی اسکلوئوس

به معنای سخت و درما به معنی پوست گرفته شده است. اما با توجه به اینکه به غیر از پوست بعضی از اندامهای دیگر مبتلایان به اسکلوئودرما دچار مشکل می شود لذا اسکلوئودرما با نام "اسکلروز منتشر" نیز شناخته می شود. اسکلوئودرما بیماری مزمن و ماندگاری است که بر بافت هم بند (بافت ها و ارگان های بدن را به هم می پیوندد) اطراف مفاصل، عروق خونی رگها و اندامهای داخلی ناحیه پوست مبتلا شده تاثیر می گذارد. خانم ها سه تا چهار برابر مردان به آن مبتلا می شوند. این بیماری بین سنین 25 تا 50 سال شروع می شود، ابتلای کودکان و افراد بالای 50 سال به این بیماری نیز به آن مبتلا می شود به ندرت دیده شده است.

دو نوع اصلی بیماری اسکلوئودرما وجود دارد:

❖ **اسکلرودرمای موضعی:** در این وضعیت تنها تغییرات در قسمت های خاصی از پوست و بافتهای زیر آن ناحیه ایجاد می شود، این تغییرات نسبتاً خفیف هستند و بر اندام های داخلی تاثیر نمی گذارد.

❖ **اسکلروز منتشر:** این بیماری تغییراتی در پوست و قسمتهایی از اندامهای داخلی ایجاد می کند. در این حالت عروق خونی، مفاصل، سیستم گوارش (مری، شکم، روده) و به ندرت شش، قلب، کلیه و ماهیچه ها را نیز درگیر می کند. این تغییرات روی بافت همبند صورت می گیرد و بر فعالیت اندامهای مذکور تاثیر می گذارد.

علت بیماری اسکلوئودرما

عوامل ایجاد کننده بیماری اسکلوئودرما نامشخص هستند. این بیماری مسری نیست و از نسلی به نسل دیگر انتقال پیدا نمی کند. با این وجود همانند بیماری های دیگر ممکن است احتمال مبتلا شدن بعضی از افراد خانواده بیشتر باشد. سلولهای بافت همبند افراد مبتلا به بیماری اسکلوئودرما پروتئینی به نام کلاژن را بیش از حد ترشح می کنند. کلاژن فراوان ترین پروتئین بدن می باشد که برای نگهداری و اتصال اندام بدن ضروری است اما ترشح بیش از حد آن باعث سفت شدن اندام و اختلال در کار بدن می شود. عروق خونی کوچک هم در بیماری اسکلوئودرما آسیب می بینند. از این رو ممکن است بین ساخت بیش از حد کلاژن و تغییرات عروق خونی ارتباط وجود داشته باشد. اسکلوئودرما احتمالاً به واسطه ترکیبی از عوامل مختلف محیطی و ژنتیکی ایجاد می شود.

اسکلرودرما چگونه شروع می شود و چه تاثیراتی بر جای می گذارد؟ اسکلوئودرما اختلال متغیر و بلند مدتی است که معمولاً به آرامی شروع می شود و به تدریج در طی چندین سال بدتر شده و سپس ثابت می شود. گاهی اوقات سریع تر پیشرفت می کند.

یکی از نشانه های اسکلوئودرما حساسیت شدید به سرما است که با نام "عارضه رینود" شناخته می شود. عروق خونی در این عارضه تنگ و باریک می شوند. گاهی اوقات این عارضه با ورود به محیط سرد و یا قرار گرفتن دست در یخچال تحریک می شود. باریک شدن رگ ها باعث کاهش شدید خون شده و پنجه ها و انگشتان دست و پا به نوبت سفید و آبی می شوند.

کرختی و سوزش احساس می شود با باز شدن مجدد رگ ها خون جریان پیدا می کند و رنگ پوست به حالت طبیعی برگشته و دست ها گرم می شود. بیشتر افراد مبتلا به عارضه رینود به بیماری اسکلوئودرما دچار نمی شوند، اما اغلب افراد مبتلا به بیماری اسکلوئودرما در بعضی از مراحل بیماری به عارضه رینود مبتلا می شوند.

از علائم اولیه دیگر این بیماری تورم دست و پا به ویژه هنگام صبح است. در این حالت پوست پنجه ها و انگشتان متورم به نظر می رسند، به عبارتی پوست براق شده و چین و چروکهایش ناپدید می شود. پوست صورت نیز سفت و خشک به نظر می آید. پوست 95 درصد افراد مبتلا به اسکلوئودرما به ویژه در نواحی دست، بازوها و صورت سفت و ضخیم می شود. بیشتر اوقات به علت باریک شدن عروق خونی زخم انگشتان ایجاد می شود. در قسمتهایی از بدن افراد مبتلا به اسکلوئودرما کلسیم رسوب می کند. از این رو مفاصل دچار التهاب همراه با درد، سفتی، گرم شدگی و حساسیت می شوند. همچنین اسکلوئودرما ممکن است بر بافت همبند اندامهای داخلی نیز تاثیر بگذارد. برای مثال، اگر سیستم گوارشی درگیر شود ماهیچه های مری ضعیف عمل می کنند و عمل بلع را تحت تاثیر قرار می دهند. در این حالت رسیدن غذا به معده خیلی سخت می شود. سوزش معده به کرات بوجود می آید. گاهی اوقات قسمت های میانی یا انتهایی روده را تحت تاثیر قرار می دهد و فعالیت روده را مختل می کند.

آزمایشات تشخیص اسکلوئودرما

تنها یک آزمایش مشخص برای تشخیص اسکلوئودرما وجود ندارد، مجموعه ای از تستهای آزمایشگاهی و بررسی ها نیاز هستند تا مشخص شود که شما به این بیماری مبتلا هستید و یا چه قسمتهایی از بدن تحت تاثیر این بیماری قرار گرفته است. این تستها باید در فواصل زمانی منظمی تکرار شوند تا بتوان سیر بیماری را مشاهده و کنترل کرد.