



اسکرودرمی



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۹/۰۱

کد پمفلت: PA-۲۹-۱۰۰۴

شماره بازنگری: ۰۵

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: بخش روماتولوژی - واحد آموزش سلامت

توصیه می شود از رژیم غذایی سرشار از ویتامین استفاده کنید.

سبزیجات تازه و لبنیات را در رژیم غذایی خود بگنجانید.



منابع:

<https://www.clinicalkey.com>

<https://medlineplus.gov>

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت **رایگان** همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)

تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

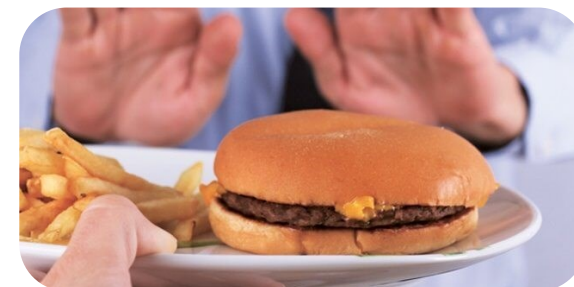
به طور مکرر ورزش کنید. اما با توجه به مشکلات مفصلی شنا کردن در آب سرد توصیه نمی شود.

* درمان مشکلات گوارشی:

توصیه می شود غذایان را در وعده های غذایی متعدد و در حجم کم میل کنید.

بعد از غذا خوردن حداقل یک ساعت در حالت نشسته باشید.

از خوردن غذاهای سنگین، چرب و ادویه دار و نوشیدن مشروبات الکلی و قهوه در شب ها خودداری کنید.



غذاهای نرم و آب دار بخورید و لقمه ها را کاملاً بجوید.

قبل از خواب تنقلات و غذاهای پرچرب مصرف نکنید.

در صورت خشکی چشم از اشک مصنوعی استفاده کنید.

در صورت بروز علائم عفونت مانند تب، لرز، گلودرد و سرفه به پزشک اطلاع دهید.

از مصرف دخانیات اجتناب کنید.



مداخله‌جوی گرامی:

با آرزوی سلامتی برای شما

این مطالب به منظور آشنایی شما با بیماری اسکرودرمی و مراقبت‌های لازم در مورد آن تهیه شده است. امید است با مطالعه مطالب قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

بیماری اسکرودرمی چگونه به وجود می‌آید؟

اسکرودرمی به عنوان یک بیماری بافت همبند شناخته می‌شود. بافت همبندی که در پوست و در قسمت‌هایی از اعضای داخلی بدن وجود دارد، بیش از حد طبیعی رشد می‌کنند.

در بعضی از انواع اسکرودرمی بیماری فقط به سفت شدن پوست منحصر است ولی در انواع دیگر نه تنها پوست بلکه رگ‌ها و اعضای داخلی بدن مانند قلب، ریه‌ها و کلیه‌ها نیز گرفتار می‌شوند.

چه عواملی در ایجاد این بیماری نقش دارند؟

این بیماری ارثی نیست. عوامل محیطی مانند عفونت‌های ویروسی و بعضی از مواد شیمیایی در بروز آن نقش دارند.

هورمون‌ها و فعالیت غیر طبیعی سیستم ایمنی در بروز این بیماری دخیل است. این بیماری در زنان شایع‌تر می‌باشد.



بیماری اسکرودرمی چه علائمی دارد؟

* تغییرات در پوست فرد شامل: ورم و سفت شدن آن در دست‌ها، صورت و اطراف دهان و از بین رفتن چین‌ها و خطوط طبیعی در دست‌ها

* وجود لکه‌های سفت با تغییر رنگ در پوست

* خشکی دهان و چشم

* نشانه‌های مربوط به عوارض قلب، ریه و کلیه

* تنگی نفس، تپش قلب، خستگی شدید و سرفه‌های مداوم

* چنگالی شکل شدن دست‌ها

* سردی و رنگ پریدگی انگشتان دست و پا به دنبال سرما

* اشکال در بلع

* درد مفاصل و عضلات

بیماری اسکرودرمی چگونه درمان می‌شود؟

این بیماری براساس علائم و درگیری اعضای بدن توسط پزشک روماتولوژیست درمان می‌شود.

* درمان مشکلات مفصلی:

در این بیماری ممکن است حرکت مفصل‌های دست مشکل شود. توسط پزشک برای فرد داروی استامینوفن یا داروهای ضدالتهاب غیر استروئیدی تجویز می‌شود.

فرد باید یاد بگیرد که کارهای روزانه را به نحوی انجام دهد که بر روی مفاصل دردناک فشار کمتری وارد آید.

نرمش‌های کششی توسط پزشک متخصص آموزش داده می‌شود.



* درمان خشکی دهان و مشکلات دندان‌ها:

به دلیل سفت شدن پوست، فرد نمی‌تواند دهان خود را خوب باز کند و مسواک زدن فرد دچار مشکل می‌شود.

توصیه می‌شود دندان‌ها را مرتباً مسواک بزنید و برای تمیز کردن آنها از نخ دندان استفاده کنید.

جهت مرطوب نگاه داشتن دهان خود، مقدار زیادی آب بنوشید و از تکه‌های یخ در جهت رفع تشنگی استفاده کنید.

آدامس‌های بدون قند استفاده کنید.

* درمان مشکلات پوستی:

به دلیل افزایش کلاژن، غدد عرق و چربی از بین می‌رود و در نتیجه پوست فرد خشک و سفت می‌شود.

توصیه می‌شود بطور مکرر از کرم‌ها و لوسیون‌های حاوی روغن استفاده کنید.

بعد از هر بار استحمام بدن خود را چرب کنید و از خشکی پوست خود پیشگیری کنید.

از کرم‌های ضدآفتاب استفاده کنید، نور آفتاب می‌تواند مشکلات پوستی را بیشتر کند.

از وان و دوش آب داغ استفاده نکنید.

در صورت امکان از صابون و شوینده‌ها استفاده نکنید.

