



مرکز آموزشی درمانی حضرت ولی عصر (عج)

آموزش خود مراقبتی در

اسکلرودرمی



واحد آموزش به بیمار

۱۴۰۳

الریه می تواند به محافظت از ریه های آسیب دیده توسط اسکلرودرمی کمک کند.

تسکین درد

اگر مسکن های بدون نسخه به اندازه کافی کمک نمی کنند ، می توانید از پزشک خود بخواهید داروهای قوی تری را برای شما تجویز کند.

روشهای درمانی بیماری اسکلرودرما:

درمانگران فیزیکی می توانند به شما کمک کنند که این موارد را به انجام برسانید:

درد را مدیریت کنید

قدرت و تحرک خود را بهبود ببخشید

استقلال در انجام کارهای روزانه را حفظ کنید

عمل جراحی در بیماری اسکلرودرما:

به عنوان آخرین راه حل ، گزینه های جراحی برای عوارض اسکلرودرمی ممکن است شامل موارد زیر باشد:

قطع عضو : اگر زخم های انگشت ناشی از بیماری شدید رینود تا حدی پیشرفت کرده است که بافت نوک انگشت شروع به مردن نمود ، قطع عضو ممکن است لازم باشد.

پیوند ریه : افرادی که دچار مشکلات شدید ریوی شده اند ممکن است کاندید پیوند ریه شوند.

بروز عوارض جلوگیری کنند. به عنوان مثال ، پزشک شما ممکن است داروهایی را به موارد زیر توصیه کند:

کاهش تغییرات پوستی:

کرم ها یا قرص های استروئیدی ممکن است به کاهش تورم و دردهای مفصلی ، شل شدن پوست سفت و کند کردن روند تغییرات جدید پوست کمک کنند

انبساط رگ های خونی:

داروهای فشار خون که رگ های خونی را گشاد می کنند ممکن است به جلوگیری از مشکلات ریه و کلیه کمک کرده و به درمان بیماری رینود کمک کنند.

سرکوب سیستم ایمنی بدن در بیماری اسکلرودرما:

داروهایی که سیستم ایمنی را سرکوب می کنند ، مانند داروهای بعد از پیوند اعضا ، می توانند به کاهش علائم اسکلرودرمی کمک کنند.

کاهش علائم گوارشی:

قرص برای کاهش اسید معده می تواند به تسکین سوزش معده کمک کند. آنتی بیوتیک ها و داروهایی که به انتقال غذا از طریق روده کمک می کنند ممکن است به کاهش نفخ ، اسهال و یبوست کمک کنند.

جلوگیری از عفونت:

پماد آنتی بیوتیک ، تمیز کردن و محافظت در برابر سرما ممکن است به جلوگیری از عفونت زخم های نوک انگشت ناشی از بیماری رینود کمک کند. واکسیناسیون منظم آنفلوانزا و ذات

بیماری اسکرودرما یا سختی پوست گروهی از بیماری های نادر است که شامل سخت شدن و سفت شدن پوست و بافت های همبند است. اسکرودرما زنان را بیشتر از مردان مبتلا می کند و بیشتر در سنین ۳۰ تا ۵۰ سالگی رخ می دهد. در حالی که هیچ درمانی برای اسکرودرمی وجود ندارد ، اما انواع روش های درمانی می توانند علائم را کاهش دهند و کیفیت زندگی را بهبود بخشند. انواع مختلفی از اسکرودرمی وجود دارد. در بعضی از افراد ، اسکرودرمی فقط روی پوست تأثیر می گذارد. اما در بسیاری از افراد ، اسکرودرمی به ساختارهای فراسوی پوست مانند عروق خونی ، اندام های داخلی و دستگاه گوارش (اسکرودرمی سیستمیک) نیز آسیب می رساند. علائم و نشانه های بیماری بسته به نوع اسکرودرمی بیمار متفاوت است.

علل بیماری اسکرودرما:

اسکرودرما در اثر تولید بیش از حد و تجمع کلاژن در بافت های بدن ایجاد می شود. کلاژن نوعی پروتئین فیبری است که بافتهای پیوندی بدن از جمله پوست را تشکیل می دهد. پزشکان دقیقاً نمی دانند چه عواملی باعث شروع تولید غیر طبیعی کلاژن می شود ، اما به نظر می رسد سیستم ایمنی بدن در این امر نقش دارد. به احتمال زیاد ، اسکرودرما توسط ترکیبی از عوامل ، از جمله مشکلات سیستم ایمنی بدن ، ژنتیک و محرک های محیطی ایجاد می شود.

علائم و عوارض بیماری اسکرودرما:

علائم و عوارض اسکرودرمی از خفیف تا شدید است و می تواند بر شما تأثیر بگذارد:

پوست : تقریباً همه کسانی که اسکرودرما دارند ، سفت و سخت شدن قسمت هایی از پوست را تجربه می کنند. این وصله ها ممکن است به شکل بیضی یا خطوط مستقیم باشد و یا قسمت های وسیعی از تنه و اندام را بپوشاند. تعداد ، محل و اندازه لکه ها براساس نوع اسکرودرمی متفاوت است. پوست می تواند براق به نظر برسد زیرا بسیار سفت است و ممکن است حرکت ناحیه آسیب دیده محدود شود.

درگیری نوک انگشتان : بیماری رینود که با اسکرودرمی سیستمیک رخ می دهد می تواند چنان شدید باشد که جریان محدود خون به بافت نوک انگشتان آسیب برساند و باعث ایجاد گودال یا زخم های پوستی شود. در برخی موارد ، بافت روی نوک انگشتان ممکن است از بین برود و به قطع شدن انگشتان نیاز داشته باشد.

ریه ها : ایجاد زخم در بافت ریه منجر به کاهش عملکرد ریه می شود که می تواند بر توانایی تنفس و تحمل ورزش و تحرک تأثیر بگذارد. همچنین ممکن است در عروق ریه ها دچار فشار خون بالا شوید.

کلیه ها : هنگامی که اسکرودرمی کلیه ها را تحت تأثیر قرار می دهد ، می تواند فشار خون بالا و سطح پروتئین بیشتری در ادرار خود ایجاد کند. اثرات جدی تر عوارض کلیوی ممکن است شامل بحران کلیوی باشد که شامل افزایش ناگهانی فشار خون و نارسایی ناگهانی کلیه است.

مشکلات قلب : ایجاد زخم در بافت قلب خطر ضربان قلب غیر طبیعی و نارسایی احتقانی قلب را افزایش می دهد و می تواند باعث التهاب کیسه غشایی اطراف قلب بیمار شود. اسکرودرما

همچنین می تواند فشار سمت راست قلب را افزایش داده و باعث فرسودگی آن شود.

دندانها : سفت شدن شدید پوست صورت می تواند باعث کوچک شدن و باریک شدن دهان شود ، که ممکن است مسواک زدن دندان ها و یا حتی تمیز کردن آنها را به صورت حرفه ای دشوار کند. افرادی که اسکرودرمی دارند اغلب مقادیر طبیعی بزاق تولید نمی کنند ، بنابراین خطر پوسیدگی دندان به مراتب در آنها بیشتر می شود.

دستگاه گوارش : مشکلات گوارشی مرتبط با اسکرودرمی می تواند منجر به سوزش معده و مشکل در بلع شود. همچنین می تواند باعث گرفتگی عضلات ، نفخ ، یبوست یا اسهال شود.

عملکرد جنسی : مردانی که اسکرودرمی دارند ممکن است دچار اختلال نعوظ شوند. اسکرودرما همچنین ممکن است با کاهش روانکاری جنسی و انقباض دهانه واژن ، بر عملکرد جنسی زنان تأثیر بگذارد.

درمان و مراقبت از بیمار:

در برخی موارد ، مشکلات پوستی مرتبط با اسکرودرمی طی دو تا پنج سال خود به خود از بین می روند. نوع اسکرودرمی که اندام های داخلی را تحت تأثیر قرار می دهد ، معمولاً با گذشت زمان بدتر می شود.

داروهای بیماری اسکرودرما:

هیچ دارویی وجود ندارد که بتواند تولید بیش از حد کلاژن که از ویژگی های اسکرودرمی است را درمان یا متوقف کند. اما انواع داروها می توانند به کنترل علائم اسکرودرمی کمک کرده و از