

## ۷۷ مشکلات کلی پوست

در مورد خارش پوستی که ظاهراً طبیعی است به نمودار ۷۵، خارش (صفحه ۷۷۵) مراجعه کنید. مشکلات کوتاه‌مدت پوست، اغلب نتیجه آسیب‌های خفیف و جزئی یا عفونت‌های سطحی هستند. که به راحتی هم درمان می‌شوند. تعداد زیادی از بیماری‌های پوستی، می‌توانند بسیار ناخوشایند باشند خصوصاً در صورتی که ادامه پیدا کنند یا نواحی در معرض دید بدن را درگیر کنند، اما اکثر آنها خطری جدی برای سلامت فرد محسوب نمی‌شوند. با وجود این، تشخیص سریع و درمان صحیح بیماری‌های خطرناک و کشنده مثل سرطان پوست، اهمیت زیادی دارد.

### شروع

آیا اخیراً مبتلا به بثورات پوستی همراه با تب شده اید؟

خیر

بله

**علت احتمالی:** ایجاد بثورات پوستی همراه با تب به صورت ناگهانی اغلب به خاطر عفونت‌هایی مثل سرخک است تا مشکلات مربوط به خود پوست.

به نمودار ۸۵، بثورات پوستی همراه با تب (صفحه ۱۸۴) مراجعه کنید

### هشدار!

**تغییرات پوستی:** در صورتی که هر یک از علایم زیر را داشتید، فوراً به پزشک خود مراجعه کنید. این علایم ممکن است نشانه سرطان پوست باشند:  
زخم پوستی که در عرض ۳ هفته بهبود پیدا نکند.  
توده و غده‌ای با رشد آهسته.  
تغییر کردن یک خال قدیمی یا ایجاد شدن یک خال جدید

آیا هیچ یک از علایم زیر را دارید؟

- منطقه‌ای از پوست که کمرنگ‌تر یا پررنگ‌تر از بقیه جاها باشد.
- مشکل پوستی صرفاً در پا
- مشکل پوستی صرفاً در صورت

خیر

بله

به نمودار ۷۹، تغییر رنگ پوست و خالهای پوستی (صفحه ۱۸۲) مراجعه کنید.

یا به نمودار ۱۱۶، مشکلات (صفحه ۲۳۶) مراجعه کنید.

یا به نمودار ۷۸، مشکلات پوستی صورت (صفحه ۱۸۰) مراجعه کنید.

### در عرض ۲۴ ساعت به پزشک خود مراجعه کنید.

**علت احتمالی و اقدامات لازم:** یکی از تشخیص‌های احتمالی، زونا ست. این بیماری نوعی عفونت ویروسی است که اعصاب را گرفتار می‌کند و توسط همان ویروس ایجاد کننده آبله مرغان بوجود می‌آید. پزشک احتمالاً داروهای مسکن و داروی ضد ویروسی خوراکی تجویز خواهد کرد.

آیا بثورات تاولی دردناکی دارید که فقط در یک منطقه یا در یک سمت بدن قرار دارند؟

خیر

بله

**علت احتمالی:** یکی از تشخیص‌های احتمالی پسوریازیس است. در این بیماری، معمولاً سلول‌های پوستی به سرعت رشد و پوسته‌ریزی می‌کنند مناطق گرفتار، اغلب در پوست سر، آرنج و زانو هست، اما هر جای دیگر بدن هم ممکن است درگیر شود این بیماری گاهی به شکل خانوادگی روی می‌دهد.

**اقدامات لازم:** به پزشک خود مراجعه کنید. پزشک ممکن است در ابتدا یکی از چند نوع کرم مختلف در دسترس برای این منظور را تجویز کند. در صورت شدید یا گسترده بودن بیماری، داروهای خوراکی می‌توانند مفید واقع شوند. قرار گرفتن در معرض نور خورشید، غالباً مفید است.

### در عرض ۲۴ ساعت به پزشک خود مراجعه کنید.

**علت احتمالی:** یکی از تشخیص‌های احتمالی، نوعی سرطان پوست (صفحه ۱۸۳) است. بیشترین مناطق بدن که احتمال درگیری آنها وجود دارد، دست و صورت است که بیش از همه در معرض مواجهه با آفتاب قرار دارند.

**اقدامات لازم:** پزشک احتمالاً شما را برای نمونه‌برداری از پوست به بیمارستان ارجاع می‌کند. پس از بیحسی موضعی، نمونه‌ای از ناحیه غیر طبیعی برداشته می‌شود و برای تأیید تشخیص، در آزمایشگاه بررسی می‌شود. برای بسیاری از سرطان‌های پوست، تنها درمان لازم، برداشتن ناحیه غیر طبیعی است.

آیا نواحی ضعیف و قرمزی در پوستتان وجود دارد که پوسته‌ها سفید تیره‌ای روی آنها پوشانده است؟

خیر

بله

آیا زخمی در پوست دارید که خوب نمی‌شود؟

خیر

بله

آیا دچار بثورات پوستی شده اید که در وسط آن یک نقطه قرمز رنگ وجود دارد و به سمت بیرون در حال رشد است؟

خیر

بله

### در عرض ۲۴ ساعت به پزشک خود مراجعه کنید.

**علت احتمالی:** ممکن است مبتلا به بیماری لایم شده باشید. این بیماری از طریق کنه منتقل می‌شود و اغلب پس از پیاده روی در مناطق جنگلی اتفاق می‌افتد. ممکن است متوجه نیش زدن کنه نشده باشید.

**اقدامات لازم:** پزشک احتمالاً برایتان آنتی بیوتیک تجویز خواهد کرد. در ضمن شاید داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی نیز برایتان تجویز کند. برای کاهش خطر گزش توسط کنه حتماً موقع رفتن به نواحی زندگی آنها، دست و پای خود را بپوشانید.

ادامه در صفحه بعد

**علت احتمالی:** ممکن است مبتلا به کهیر شده باشید. این حالت، اغلب پاسخ بدن به حساسیت به انواع خاصی از غذاهاست، اما در بسیاری از موارد هیچ علتی را نمی توان برای آن پیدا کرد. گزش حشراتی مثل ساس یا پشه نیز از دیگر علت های احتمالی است.

**اقدامات لازم:** در صورت شدید بودن خارش، کرم ها یا قرص های آنتی هیستامین بدون نسخه، باعث تسکین شما خواهند شد. در بیشتر موارد، کهیر در عرض چند ساعت و محل گزش حشرات در عرض چند روز بهبود پیدا می کند. در صورتی که کهیر مجدداً ایجاد شد، به پزشک خود مراجعه کنید. شاید لازم باشد که بررسی هایی برای جستجوی علت زمینه ساز انجام شود.

**علت احتمالی:** احتمالاً به حساسیت با اگزما (درماتیت) دست مبتلا شده اید. این حالت از مشکلات شایع در افرادی است که به کارهایی مثل آرایشگری یا نفاخت مشغول اند و دستهای آنها اغلب در کار شستشو یا در معرض مواد شیمیایی است.

**اقدامات لازم:** سعی کنید کار شستشو را کمتر کنید. در صورتی که این کار ممکن نیست یا در صورتی که حتماً باید از مواد شیمیایی استفاده کنید، دستکش های پلاستیکی با آستر نخی بپوشید. مرتباً در طول روز از کرم های محافظ یا نرم کننده مثل کرم های محلول در آب استفاده کنید و با صابون ملایم، دستهایتان را بشویید. اگر این اقدامات مؤثر واقع نشد، به پزشک خود مراجعه کنید. وی ممکن است برای تسکین خارش و آزرده گی دستها، یک کرم کورتیکواستروئیدی (کورتونی) تجویز کند.

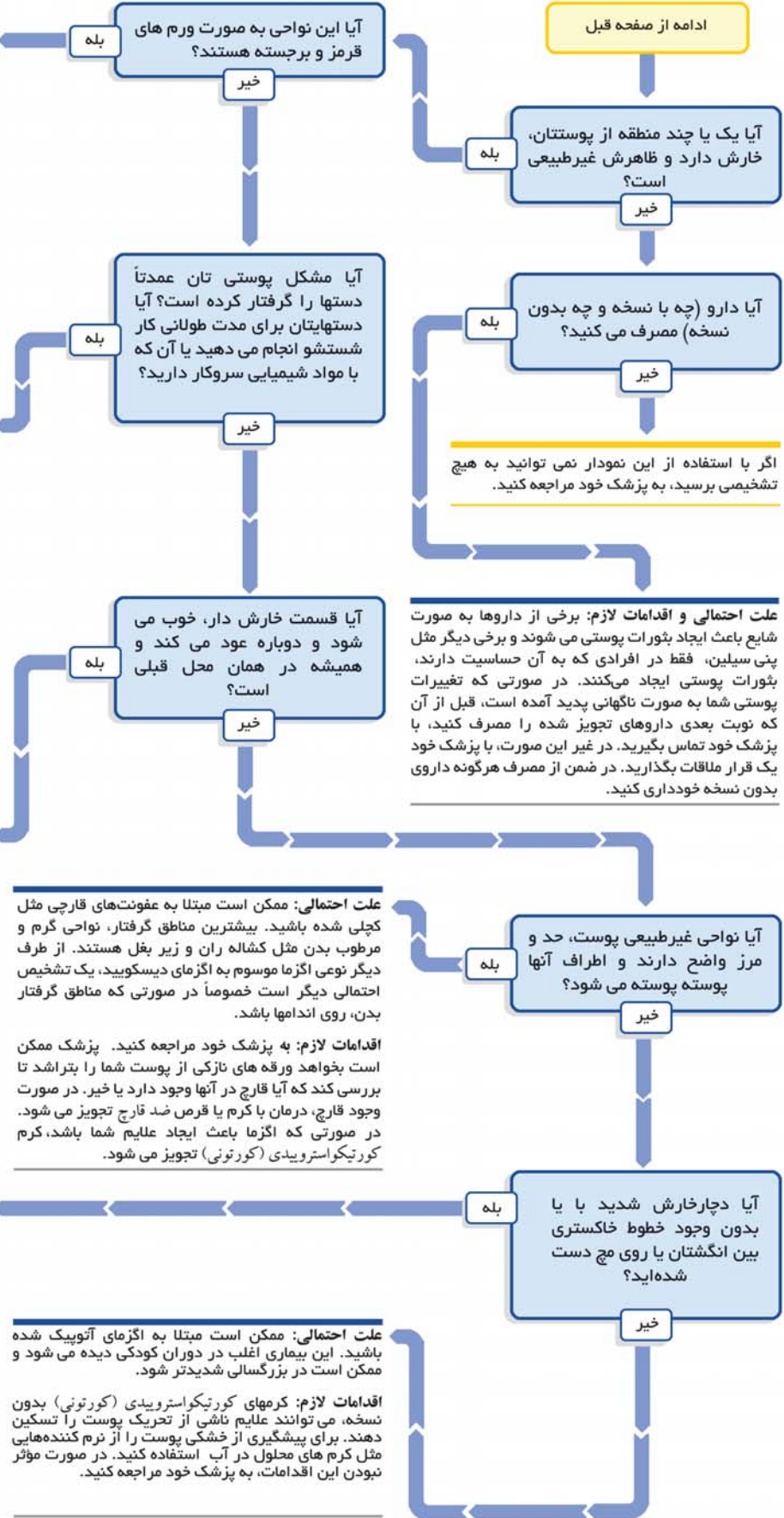
**علت احتمالی:** درماتیت تماسی حساسیتی از تشخیص های احتمالی است. در این بیماری، در پاسخ به تماس پوست با مواد خاص، التهاب پوستی روی می دهد. فلز نیکل موجود در گوشواره ها و دگمه لباس های جین از مواد شایع ایجادکننده این نوع درماتیت هستند. بسیاری از مواد می توانند باعث درماتیت تماسی حساسیتی شوند.

**اقدامات لازم:** چنانچه امکان تشخیص علت و دوری از آن وجود داشته باشد، بیماری ممکن است بدون نیاز به هیچ درمان خاصی بهبود یابد. اگر در مورد علت ایجاد این بیماری مطمئن نیستید، به پزشک خود مراجعه کنید. وی ممکن است برای بررسی بیشتر و تعیین علت، شما را به بیمارستان ارجاع دهد.

**در عرض ۲۴ ساعت به پزشک خود مراجعه کنید.**

**علت احتمالی:** شاید گال (جرب) که نوعی عفونت انگلی است، باعث ایجاد علایم در شما شده باشد. انگل گال، در زیر پوست و بین انگشتان کانال می زند و می تواند باعث ایجاد بثورات پوستی گسترده شود. گال (جرب) یک بیماری مسری است و اغلب، تمام افراد خانواده را گرفتار می کند.

**اقدامات لازم:** پزشک احتمالاً نوعی محلول (لوسیون) درمانی تجویز خواهد کرد که لازم است بر روی کل بدن از گردن به پایین مالیده شود. همه افراد خانواده باید همزمان درمان شوند و لباس ها و ملحفه ها هم باید شسته شوند. ۳ روز پس از درمان، انگل ها خواهند مرد، اما خارش ممکن است تا ۲ هفته بعد ادامه پیدا کند.



**علت احتمالی:** ممکن است مبتلا به عفونت های قارچی مثل کچلی شده باشید. بیشترین مناطق گرفتار، نواحی گرم و مرطوب بدن مثل کشاله ران و زیر بغل هستند. از طرف دیگر نوعی اگزما موسوم به اگزما دیسکوبیوید، یک تشخیص احتمالی دیگر است خصوصاً در صورتی که مناطق گرفتار بدن، روی اندامها باشد.

**اقدامات لازم:** به پزشک خود مراجعه کنید. پزشک ممکن است بخواهد ورقه های نازکی از پوست شما را بتراند تا بررسی کند که آیا قارچ در آنها وجود دارد یا خیر. در صورت وجود قارچ، درمان با کرم یا قرص ضد قارچ تجویز می شود. در صورتی که اگزما باعث ایجاد علایم شما باشد، کرم کورتیکواستروئیدی (کورتونی) تجویز می شود.

**علت احتمالی:** ممکن است مبتلا به اگزمای آتوپیک شده باشید. این بیماری اغلب در دوران کودکی دیده می شود و ممکن است در بزرگسالی شدیدتر شود.

**اقدامات لازم:** کرمهای کورتیکواستروئیدی (کورتونی) بدون نسخه، می توانند علایم ناشی از تحریک پوست را تسکین دهند. برای پیشگیری از خشکی پوست را از نرم کننده هایی مثل کرم های محلول در آب استفاده کنید. در صورت مؤثر نبودن این اقدامات، به پزشک خود مراجعه کنید.