



دانشگاه پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان

بیمارستان شهید بهشتی قروه

## آموزش به بیمار

### با موضوع: کهیر و حساسیت

#### پوستی



### تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار

تأیید کننده علمی: خانم دکتر سوده صالحی  
(متخصص داخلی)

بهمن ۱۴۰۱

### علائم هشدار:

در صورت بروز هر یک از علائم زیر به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:

- عدم ایجاد هرگونه بهبودی نسبی و کاهش علائم پس از ۲۴ ساعت مصرف دارو
- بهم پیوستن و یک پارچه شدن ضایعات در کل بدن و دردناکی و تورم آنها
- تنگی نفس، سختی تنفس یا تنفس صدادار (خس خس سینه) و سرفه
- اختلال و سختی بلع
- تورم زبان، حلق، گلو و لب‌ها
- ضعف و بی حالی و منگی
- بروز تاول و ضایعات زخمی بر روی پوست
- تورم اطراف چشم، صورت و دست و پاها
- رنگ پریدگی و تعریق شدید
- درد و سفتی و تورم مفاصل

منبع: دستورالعمل یکپارچه‌ترین زاورژانس، دوما



بازرسی سلامتی و تندرستی

- خنک کردن ضایعات باعث کاهش احساس خارش می شود. می توانید از دوش آب سرد یا کیسه یخ استفاده کنید (کیسه را در یک پوشش پارچه ای پیچیده و به مدت ۱۰ دقیقه بر روی پوست قرار دهید، از تماس مستقیم یخ با پوست جلوگیری کنید).

- گرما باعث تشدید ضایعات و افزایش خارش آنها می شود بنابراین باید از در معرض گرما قرار گرفتن ضایعات پرهیز شود.

- هنگام خوابیدن از ملحفه های کاملاً نخی و بالش پنبه ای استفاده کرده و هر ۳-۴ روز یکبار آنها را با آب گرم بشویید.

- از مصرف غذاهای تحریک کننده ( تخم مرغ - گوجه فرنگی - ادویه - کنسرو تن ماهی - فست قود و ... ) تا حد امکان خودداری کنید

- به طور مرتب استحمام کرده و پوست را تمیز نگه دارید و از صابون ها و مواد شوینده معطر استفاده نکنید.

- در صورتیکه بطور مکرر و در تماس با موارد مختلف دچار کهیر می شوید می توانید به پزشک متخصص آلرژی و سیستم ایمنی مراجعه کنید تا آزمایش تکمیلی بر روی شما انجام شده و از درمان های تخصصی و حساسیت زدایی استفاده شود.

### درمان:

- برای بهبود علائم می توان از داروهای ضد حساسیت ( آنتی هیستامین ) مختلف مانند پرومتازین - لوراتادین - هیدروکسی زین - سیتیزین - فکسو فنادین یا دیفن هیدرامین طبق دستور پزشک استفاده کرد.

## کپیر و حساسیت پوستی :

کپیر به ضایعات پوستی ناشی از بروز حساسیت گفته می شود که دارای ویژگی های زیر است :

- خارش شدید و آزار دهنده - ضایعات برجسته به شکل نامنظم و صورتی رنگ که گاهی وسط آن ها رنگ پریده و روشن است

- دارای اندازه های متفاوت از ضایعات کوچک ۱ - ۲ سانتی متری تا موارد به هم پیوسته و وسیع که بخش بزرگی از بدن را می پوشانند .

- شیوع بیشتر در دست و پاها و سپس تنه

\*گاهی کپیر همراه با علائم خفیف حساسیت تنفسی مانند عطسه ، گرفتگی و قرمزی بینی ، آبریزش چشم و بینی بروز می کند که این موارد اغلب با استفاده از داروهای ضد حساسیت ( آنتی هیستامین ) بهبود می یابند .

\*کپیر اغلب به شکل منتشر در بدن دیده می شود و محل ثابت و مشخصی ندارد اما گاهی فقط در محل تماس با ماده حساسیت زا ایجاد می شود که به آن کپیر تماسی گفته می شود ( مثلا کپیر مچ دست پس از تماس با فلز ساعت یا طلا و بدلیجات ) . طول مدت باقی ماندن این ضایعات متفاوت بوده و از چند دقیقه یا ساعت یا چند روز متغیر است اما اغلب در طول ۳ - ۴ روز برطرف می شود .

کپیر یک بیماری عفونی ، میکروبی و واگیردار نبوده و اغلب ناشی از حساسیت به یکی از موارد زیر می باشد :

- عطرها و اسانس ها

- گل و گیاه

- نیش حشرات

- گرما یا سرمای شدید

- بعضی از غذاها ( گوجه فرنگی - ادویه - سس -

گردو - سویا )

- گردوغبار

- موادشوینده

- ابتلا به بیماری های ویروسی

- استرس و اضطراب

- داروهای مختلف ( بخصوص آنتی بیوتیک و آسپرین )

- مواد آرایشی و بهداشتی

- پارچه های مصنوعی و پشمی

- تابش مستقیم نور خورشید

## تشخیص :

تشخیص بروز واکنش حساسیتی اغلب براساس شرح حال ، سابقه تماس با مواد خاص ، علائم و معاینات بالینی صورت می گیرد و تنها در برخی موارد نیاز به انجام آزمایش های تکمیلی مانند آزمایش خون خواهد بود .

## مراقبت بعد از ترخیص :

- علت دقیق بروز کپیر معمولا به سختی مشخص می شود - در صورتیکه اولین بار است دچار این عارضه شده اید و

سابقه حساسیت شناخته شده ای ندارید علت کپیر در شما احتمالا ماده کاملا جدیدی است که در چند روز اخیر به تازگی با آن تماس داشته اید . بنابراین با تمرکز کامل فهرستی از فعالیت های اخیر خود و غذاهای مصرف شده را یادداشت نمایید تا به یافتن عامل حساسیت ز کمک کند .

- از مصرف ترکیبات مختلف تزریقی یا خوراکی کورتون دار و دگزامتازون ، بتا متازون ، پردنیزولون ، هیدروکورتیزون و انواع داروهای دارای کورتون ( تریامسینولون ، کلوبتازول ) به طور خودسرانه و بدون دستور پزشک خودداری کنید .

- در صورتیکه ماده حساسیت زا برای شما مشخص شده است ، از هرگونه تماس دوباره با آن کاملا دوری کنید ، زیرا تماس های بعدی ممکن است علائم شدیدتر و خطرناکی ایجاد کنند .

- از خاراندن ضایعات خودداری کنید ، زیرا خارش آنها باعث زخمی شدن و بروز عفونت شدید پوستی می شود .

- ناخن های خود را کاملا کوتاه کنید تا در صورت خاراندن ناخواسته ضایعات به خصوص در خواب پوست دچار زخم نشود .

- از الکل و بتادین و آب اکسیژنه روی ضایعات استفاده نکنید

- کپیر نیاز به پانسمان و پوشیده شدن با باند و گاز استریل

ندارد .