

التهاب الجلد التأتبي

- ◆ التهاب الجلد التأتبي
- ◆ ما مدى شيوع التهاب الجلد التأتبي؟
- ◆ ما أسباب التهاب الجلد التأتبي؟
- ◆ هل التهاب الجلد التأتبي وراثي؟
- ◆ ما أعراض التهاب الجلد التأتبي؟
- ◆ ما مظهر التهاب الجلد التأتبي؟
- ◆ كيف يتم تشخيص التهاب الجلد التأتبي؟
- ◆ هل يمكن الشفاء من التهاب الجلد التأتبي؟
- ◆ ما مضاعفات التهاب الجلد التأتبي الأكثر شدة؟
- ◆ الرعاية الذاتية (ماذا يمكنني فعله)؟
- ◆ كيف يمكن علاج التهاب الجلد التأتبي؟



التهاب الجلد التأتبي

الإكزيما مصطلح عام لوصف الجلد الملتهب (الأحمر، المتورم، المتقشر، والمثير للحكة). يستخدم مصطلح «التأتبي» لوصف مجموعة من الحالات، التي تشمل الربو، والإكزيما، وحمى القش، وحساسية الطعام. ترتبط جميع هذه الحالات بزيادة نشاط الجزء المسؤول عن الحساسية في الجهاز المناعي للجسم.

لا تكون هناك حاجة عادة لفحص الدم أو اختبارات الحساسية لمعرفة ما إذا كنت مصابًا بالتهاب الجلد التأتبي.

ما مدى شيوع التهاب الجلد التأتبي؟

التهاب الجلد التأتبي هو مرض جلدي شائع جدًا. قد يبدأ في أي عمر، ولكن تكون بدايته غالبًا في مرحلة الطفولة.

ما أسباب التهاب الجلد التأتبي؟

تظهر عدة عوامل مهمة بما في ذلك

- ◆ استعداد المريض والعوامل البيئية.
- ◆ يحدث لدى المرضى عادة تغيرات في حاجز البشرة، واستجابات في ردود الفعل المفرطة للالتهابات والحساسية.
- ◆ تشمل العوامل البيئية ملامسة الصابون، والمنظفات، وأي مواد كيميائية أخرى يتم وضعها على الجلد، والتعرض لمسببات الحساسية، والعدوى الناتجة عن بكتيريا وفيروسات معينة.
- ◆ ينتقل الاستعداد للإصابة بالحالات التأتبية وراثيًا في العائلات غالبًا وهو جزء من جيناتك. يرتبط التغيير في أحد الجينات المهمة في الحفاظ على صحة حاجز البشرة ارتباطًا وثيقًا بتطور الإكزيما.

هل التهاب الجلد التأتبي وراثي؟

نعم. ينتقل التهاب الجلد التأتبي في العائلات غالبًا عن طريق الوراثة. سيصاب أيضًا ثلث الأطفال المصابين بالتهاب الجلد التأتبي تقريبًا بالربو و/ أو حمى القش.

ما أعراض التهاب الجلد التأتبي؟

يتمثل العرض الرئيسي في الحكة الجلدية. قد يتسبب خدش الجسم استجابة للحكة الجلدية في العديد من التغيرات التي تظهر على الجلد. يمكن أن تكون الحكة الجلدية شديدة إلى درجة تؤثر على النوم، مما يسبب التعب والتهيج.

التهاب الجلد التأتبي

ما مظهر التهاب الجلد التأتبي؟

- ◆ يمكن أن يؤثر التهاب الجلد التأتبي على أي جزء من الجلد، بما في ذلك الوجه، ولكن تتمثل المناطق الأكثر تأثراً في ثنايا الجلد.
- ◆ تشمل المظاهر الشائعة الأخرى مناطق الالتهاب التي يبلغ حجمها حجم العملة المعدنية
- ◆ الجلد المصاب عادة أحمر وجاف، ويوجد به علامات خدش
- ◆ عندما يكون الالتهاب نشطاً للغاية، قد يصبح الجلد رطباً وينز سوائل (أثناء «احتدام الالتهاب»)
- ◆ وقد تظهر بثور ماء صغيرة خاصة على اليدين والقدمين.
- ◆ قد يزداد سمك الجلد في المناطق التي يتكرر فيها الخدش.

كيف يتم تشخيص التهاب الجلد التأتبي؟

يسهل عادة تمييز مظاهر التهاب الجلد التأتبي. ولا يلزم عادة إجراء فحوصات الدم والاختبارات الجلدية.

هل يمكن الشفاء من التهاب الجلد التأتبي؟

لا، فهو لا يمكن الشفاء منه، لكن هناك العديد من الطرق للسيطرة عليه. يشهد معظم الأطفال المصابين بالتهاب الجلد التأتبي تحسناً في هذه الحالة المرضية مع تقدمهم في السن حتى تختفي بنسبة 60% في سن المراهقة.

هل يمكن الوقاية من التهاب الجلد التأتبي؟

الاستخدام المنتظم للمُرطبات الطبية يمكنه أن يساعد في استعادة حاجز البشرة لدى الأطفال الذين قد يصابون بالتهاب الجلد التأتبي.

بالنسبة لبعض المرضى الذين يعانون من احتدام الالتهاب بشكل متكرر، قد يقلل الاستخدام المتقطع للستيرويدات الموضعية أو مثبطات الكالسينيورين (انظر أدناه) من عدد نوبات احتدام الالتهاب.

ما مضاعفات التهاب الجلد التأتبي الأكثر شدة؟

- ◆ قلة النوم والتعب
- ◆ التوتر المزمن، بل وحتى الاكتئاب.
- ◆ مشكلات التعلم في المدرسة
- ◆ التأثير على أنشطتك المهنية.

التهاب الجلد التأتبي

يرجى الرجوع إلى الرسومات أدناه للتعامل مع التهاب الجلد التأتبي:

الرعاية الذاتية (ماذا يمكنني فعله؟)



اغسل بمرطب بدلاً من الصابون (يُعرف على أنه بديل للصابون)، وتجنب الصابون، وحمام الفقاعات، وجل الاستحمام، والمنظفات.



رطب جلدك قدر الإمكان، ويُصحح أن يكون الترطيب بمعدل ٢-٣ مرات على الأقل يوميًا. ويُفضل استخدام المرطب الدهني غير العطري الذي تتحملة بشرتك.



اشطف جسمك جيدًا بعد السباحة وضع كمية وفيرة من المرطب بعد تجفيف جسمك. تأكد من احتواء كابتينة الاستحمام في حمام السباحة على مياه عذبة وليس مياه معالجة بالكلور مصدرها حمام السباحة.



ارتد قفازين غير مطاطيين لا يحتويان على مسحوق (مثل قفازات الفينيل) لحماية يديك وتجنب ملامستها لأي مواد مهيجة، مثلما يحدث عند أداء الأعمال المنزلية.



حاول مقاومة الرغبة في خدش جلدك. قد يخفف خدش الجلد من إحساس الحكة لفترة وجيزة، إلا أنه سوف يضاعف من تهيج الجلد بعدها. عوضًا عن ذلك، ضع مرطبًا على جلدك وافركه بلطف لتهدئة الحكة.



ارتد ملابس مريحة مصنوعة من مواد مثل القطن وتجنب ارتداء الصوف على بشرتك.



احرص على علاج الإكزيما في وقت مبكر - فكلما ازدادت حدتها، أصبحت السيطرة عليها عسيرة.



حافظ على برودة بشرتك. يمكن أن يؤدي ارتفاع درجة الحرارة إلى زيادة حكة الإكزيما.



التهاب الجلد التأتبي

كيف يمكن علاج التهاب الجلد التأتبي؟



على الرغم من أنه تم بذل كل جهد ممكن لضمان دقة المعلومات الواردة في هذه النشرة، لن يكون كل علاج مناسباً أو فعالاً لكل شخص. طبيبك هو من يمكنه تقديم المشورة بمزيد من التفصيل.