

کهیر (حساسیت پوستی)

ویژه مراجعین



درمانگاه تخصصی بیمارستان بهلول

کد سند Bh-Mn/Pat Edu Pam//doc-04/05

بازنگری: ۱۴۰۲

دفعات بازنگری: ۵

Www.bohlool.gmu.ac.ir

در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به

اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:

← عدم ایجاد بهبودی نسبی پس از ۲۴ ساعت مصرف دارو

← تشدید ضایعات و گسترش آنها یا خارش بسیار شدید

← باقی ماندن علائم و عدم بهبودی کامل پس از یک هفته

← به هم پیوستن و یک پارچه شدن ضایعات در کل بدن و

دردناکی و تورم آنها

← بروز تاول یا ضایعات زخمی بر روی پوست

← تنگی نفس، سختی تنفس یا تنفس صدادار

← خس خس سینه، سرفه یا گرفتگی گلو، اختلال در بلع

← تب و لرز، رنگ پریدگی یا تعریق شدید

← درد یا سنگینی قفسه ی سینه یا تپش قلب

← اسهال، تهوع و استفراغ، درد شکم

← هرگونه علائم نگران کننده

شماره تماس ۵۷۲۳۶۸۳۳

داخلی ۱۷۳۱

www.bohlool.gmu.ac.ir



SKIN

جهت دریافت فایل آموزشی

بارکد روبرو را با گوشی تلفن

همراه خود اسکن نمایید.

← در صورتی که ماده ی حساسیت زا برای شما مشخص شده است از هرگونه تماس دوباره با آن و همه ی ترکیبات حاصل از آن کاملاً دوری کنید توجه کنید که تماسهای بعدی ممکن است علائم شدیدتر و خطرناکی را ایجاد کنند.

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

← برای کاهش احساس خارش شدید می توانید از پمادهایی مثل کالامین یا کالاندولا بر روی آنها استفاده کنید.

← خنک کردن ضایعات باعث کاهش احساس خارش می شود میتوانید از دوش آب سرد یا کیسه ی استفاده کنید (کیسه یخ را در یک پوشش پارچه ای پیچیده و به مدت ۱ دقیقه بر روی پوست قرار دهید از تماس مستقیم یخ با پوست جلوگیری نمایید.)

← تابش مستقیم آفتاب بر روی ضایعات را کاملاً محدود کنید.

← نظافت منزل را کاملاً رعایت کرده، از تجمع گرد و غبار بر روی وسایل جلوگیری کنید.

← از شنا کردن در استخرهای عمومی خودداری کنید. از عوامل ایجاد اضطراب، استرس تا حد امکان دوری کنید

← از استعمال سیگار و قلیان و تماس با انواع دود خودداری نمایید

← از انجام فعالیتهای سنگین جسمانی و خستگی شدید بویژه در هوای گرم خودداری کرده و استراحت کافی داشته باشید.

کهیر چیست؟

به ضایعات پوستی ناشی از بروز حساسیت گفته می‌شود که دارای ویژگی‌های زیر است:

۱. **خارش شدید و آزار دهنده**
۲. **ضایعات برجسته** به شکلهای نامنظم و صورتی رنگ که گاهی وسط آنها رنگ پریده و روشن است.
۳. **دارای اندازه‌های متفاوت** از ضایعات کوچک ۱-۲ سانتی متری تا موارد به هم پیوسته
۴. **متغیر بودن** محل، شکل و اندازه ی ضایعات
۵. گاهی کهیر **همراه با علایم خفیف حساسیت تنفسی** مثل عطسه گرفتگی و قرمزی بینی آبریزش از چشم ها و بینی بروز می‌کند که این موارد نیز اغلب با استفاده از داروهای ضد حساسیت (آنتی هیستامین) و رعایت موارد توصیه شده در زیر بهبود می‌یابند.

دوره بیماری:

طول مدت باقی ماندن ضایعات کهیر متفاوت بوده و از چند دقیقه یا ساعت تا چند روز متغیر است اما اغلب در طول ۳-۴ روز برطرف می‌شود.



علل کهیر:

کهیر یک بیماری، عفونی میکروبی و واگیردار نبوده و یک عارضه ی بسیار شایع است که اکثریت مردم حداقل یک بار در عمر خود به شکلی آن را تجربه می‌کنند و اغلب ناشی از حساسیت نسبت به یکی از موارد زیر می باشد:

⇐ **انواع غذاها** (به خصوص تخم مرغ، گوجه، ادویه ها، سس ها، شیر و فرآورده های آن آجیل هایی مثل بادام زمینی و ،گردو، سویا غذاهای دریایی،سوسیس و کالباس ،کنسروها ، غذاهای دارای ترکیبات نگهدارنده یا رنگهای مصنوعی انواع شکلات و شیرینی، نوشابه ها)

⇐ **داروهای مختلف** (به خصوص آنتی بیوتیکها و ترکیبات آسپیرین)

⇐ **خاک و گرد و غبار**

⇐ **گلها و گیاهان**

⇐ **گزیدگی و نیش حشرات**

⇐ **مواد آرایشی و بهداشتی**

⇐ **عطرها و اسانس ها**

⇐ **مواد شیمیایی و شوینده ها**

⇐ **سرما یا گرمای شدید**



نکاتی که باید در منزل رعایت کنید:

⇐ علت دقیق بروز کهیر معمولا به سختی مشخص می‌شود در صورتی که برای اولین بار است که دچار این عارضه شده اید و سابقه‌ی حساسیت شناخته شده ای ندارید علت کهیر در شما احتمالا ماده ی کاملا “جدیدی است که در چند روز اخیر به تازگی با آن تماس داشته اید (انواع غذاها، داروها، مواد شیمیایی مختلف عطر لباس و ...) بنابراین فهرستی از فعالیتهای اخیر خود مانند تماس با مواد مختلف غذاهای مصرف شده شامل کلیه ی مواد اولیه و حضور در مکان های مختلف را یادداشت نماید تا به یافتن عامل حساسیت زا کمک کند.

⇐ توجه کنید افرادی که مستعد بروز کهیر هستند، اغلب به بیش از یک ماده حساسیت داشته و ممکن است در تماس با مواد مختلفی دچار این علایم شوند.

⇐ برای بهبود علایم می‌توانید (طبق نظر پزشک) از داروهای ضد حساسیت آنتی هیستامین مثل پرومتازین هیدروکسی‌زین، لوراتادین ستیریزین، فکسوفنادین یا دیفن هیدرامین حداکثر سه بار در روز استفاده کنید.

⇐ از ترکیبات گیاهی ناشناخته موضعی یا خوراکی به هیچ عنوان استفاده نکنید.

⇐ در صورتی که برای بیماری خاصی، داروهای دیگری را به طور دائم مصرف می‌کنید حتما به پزشک خود اطلاع دهید.