

# الأكزيما وحساسية الجلد

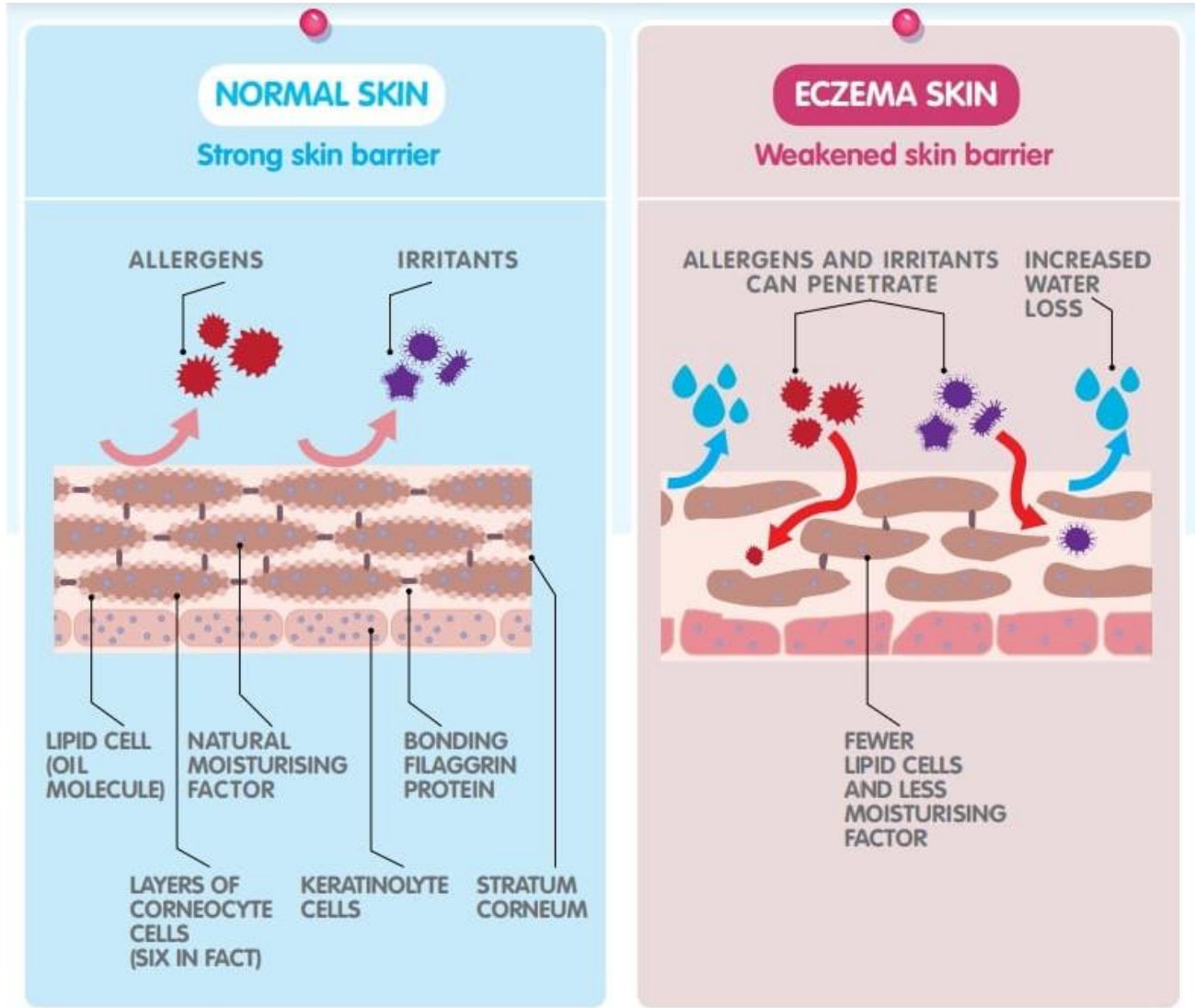


الأكزيما وحساسية الجلد هي أمراض جلدية شائعة تؤثر على ملايين الأشخاص في جميع أنحاء العالم. الأكزيما هي حالة جلدية التهابية مزمنة تسبب جفاف الجلد وحكة والتهابه ، في حين أن حساسية الجلد هي رد فعل على مادة معينة تؤدي إلى ردود فعل تحسسية مثل خلايا النحل والطفح الجلدي والحكة. توفر نشرة معلومات المريض هذه معلومات عن الأكزيما وحساسية الجلد وكيفية إدارتها.

## ما هي الأكزيما؟

الأكزيما ، والمعروفة أيضا باسم التهاب الجلد التأتبي ، هي حالة جلدية طويلة الأمد تسبب جفاف الجلد وحكة والتهابه. عادة ما يظهر عند الأطفال ولكن يمكن أن يحدث في أي عمر. يمكن أن تؤثر الأكزيما على أي جزء من الجسم ولكنها تظهر بشكل شائع في طيات الجلد مثل خلف الركبتين والمرفقين والرقبة واليدين. تشمل أعراض الأكزيما الجلد الجاف والحكة والأحمر والملتهب ، والنتوءات الصغيرة التي قد تسرب السوائل ، وبقع سميكة متقشرة من الجلد.





## ما الذي يسبب الأكزيما؟

السبب الدقيق للأكزيما غير معروف ، ولكن يعتقد أنه مزيج من العوامل الوراثية والبيئية. الأشخاص الذين لديهم تاريخ عائلي من الأكزيما أو غيرها من حالات الحساسية مثل الربو وحمى القش هم أكثر عرضة للإصابة بالأكزيما. العوامل البيئية مثل الطقس البارد والحرارة والرطوبة يمكن أن تؤدي أيضا إلى الأكزيما.



## كيف يتم علاج الأكزيما؟

يعتمد علاج الأكزيما على شدة الحالة. يمكن إدارة الأكزيما الخفيفة باستخدام المطريات ، وهي كريمات ترطب البشرة وتقلل من الجفاف.

يمكن أيضا وصف الكورتيكوستيرويدات الموضعية لتقليل الالتهاب والحكة. في الحالات الشديدة ، يمكن وصف الأدوية عن طريق الفم مثل مضادات الهيستامين ومثبطات المناعة.



## ما هي حساسية الجلد؟

حساسية الجلد هي نوع من ردود الفعل التحسسية التي تحدث عندما يتلامس الجلد مع مادة معينة تؤدي إلى استجابة مناعية.

تشمل المواد الشائعة التي يمكن أن تسبب حساسية الجلد بعض الأطعمة والأدوية والمواد الكيميائية مثل النيكل واللاتكس والعطور. تشمل أعراض الحساسية الجلدية خلايا النحل والطفح الجلدي والحكة وتورم الجلد.

## كيف يتم علاج حساسية الجلد؟

يعتمد علاج حساسية الجلد على شدة التفاعل. يمكن إدارة حساسية الجلد الخفيفة باستخدام الكريمات الموضعية مثل مضادات الهيستامين والكورتيكوستيرويدات لتقليل الحكة والالتهابات. في الحالات الشديدة ، يمكن وصف الأدوية عن طريق الفم مثل مضادات الهيستامين والكورتيكوستيرويدات. في بعض الحالات ، قد يوصى بالعلاج المناعي للحساسية لإزالة حساسية الجهاز المناعي لمسببات الحساسية.

## كيفية إدارة الأكزيما وحساسية الجلد

فيما يلي بعض النصائح حول كيفية إدارة الأكزيما وحساسية الجلد:

**رطب بانتظام:** استخدم المطريات للحفاظ على ترطيب البشرة وتقليل الجفاف.

**تجنب المحفزات:** حدد وتجنب المحفزات التي يمكن أن تسبب الأكزيما وحساسية الجلد مثل بعض الأطعمة والأدوية والمواد الكيميائية.

**ارتداء ملابس واقية:** ارتد ملابس واقية مثل القفازات والقمصان ذات الأكمام الطويلة عند التعامل مع المواد الكيميائية.

**خذ حمامات فاترة:** خذ حمامات فاترة بدلا من الحمامات الساخنة ، واستخدم الصابون والشامبو المعتدل.

**استخدم منتجات خالية من العطور:** استخدم منتجات خالية من العطور مثل الصابون والمنظفات لتجنب إثارة حساسية الجلد.

**تجنب الخدش:** حاول تجنب خدش الجلد لأنه قد يؤدي إلى مزيد من التهيج والعدوى.

**اطلب المشورة الطبية:** إذا كانت الأكزيما أو حساسية الجلد شديدة أو لا تتحسن مع العلاج ، فاطلب المشورة الطبية من أخصائي الرعاية الصحية.

## استنتاج

الأكزيما وحساسية الجلد هي حالات جلدية شائعة يمكن أن تسبب عدم الراحة وتؤثر على نوعية الحياة. والخبر السار هو أنه يمكن إدارة هذه الحالات بالعلاج المناسب والرعاية الذاتية. إذا كنت تعاني من الأكزيما أو حساسية الجلد ، فإن اتباع النصائح المذكورة أعلاه يمكن أن يساعدك في إدارة حالتك وتحسين نوعية حياتك. إذا استمرت الأعراض أو ساءت ، فاطلب المشورة الطبية من أخصائي الرعاية الصحية.

