

پمفیگوس در حال حاضر درمان قطعی ندارد، اما
قابل کنترل است.



کتابچه راهنمای بیماران پمفیگوس



آدرس: خیابان وحدت اسلامی، میدان وحدت اسلامی، بیمارستان فوق تخصصی پوست رازی

تلفن: ۶۷۳۹۵۰۶۰

پیامک: ۳۰۰۰۲۴۰

وب سایت: razihos.tums.ac.ir

ایمیل: razihospital@sina.tums.ac.ir

تهیه کننده: کارگروه آموزش سلامت

بیمارستان رازی

WIW-Pa-01-03



رژیم غذایی:



در صورت بروز علائمی مانند ناراحتی گوارشی (درد در مجاری گوارشی، خونریزی معده، خون در مدفوع)، تب، دردهای استخوانی و درد قفسه سینه به پزشک معالج خود اطلاع دهید.



- موسیر، سیر، پیازچه، تره
- غذاهای خیلی چرب (روغن حیوانی، خامه، سرشیر)
- مواد قندی (قند، شکر، مربا، عسل، باقلوا، کیک، نوشابه، ساندیس، کمپوت، شیرینی، بستنی و...)
- نمک و غذاهای شور (خیارشور، ترشی، سس، آجیل، کشک، چیپس، ماهی دودی و غذاهای کنسروی)
- ادویه جات و ترشیجات
- معجونهای گیاهی

غذاهایی که نباید مصرف کنید

- نان، برنج، سیب زمینی و ماکارونی

غذاهایی که باید کم مصرف کنید

- حبوبات
- شیر و لبنیات کم چربی
- گوشت کم چربی، مرغ و ماهی
- میوه تمیز و شسته شده (به غیر از میوه با قند بالا مانند خربزه، طالبی، انگور، انجیر، لیموشیرین و...)
- سبزی و صیفی جات تمیز و شسته شده مانند کاهو، خیار و... (به غیر از تره، سیر، پیاز)

غذاهایی که باید بیشتر مصرف کنید

بیماری پمفیگوس یک بیماری خود ایمن (سیستم ایمنی بدن به علت نامشخص علیه خودش مبارزه می کند) تاوولی، غیر عفونی و غیر مسری است که درمان آن طولانی می باشد. تاوول به علت از بین رفتن پیوستگی لایه های پوست ایجاد می شود که می تواند با تجمع مایع همراه باشد. شایع ترین سن شیوع دهه **چهارم و پنجم** عمر می باشد.

علل بیماری:

علت بیماری ناشناخته است ولی همراهی آن با بعضی بیماریها یا مصرف بعضی داروها اثبات شده است.

بیماری پمفیگوس انواع مختلفی دارد که شامل **پمفیگوس ولگاریس** و **پمفیگوس فولیسه** می باشد که می تواند با درگیری پوست و مخاط همراه باشد.

علائم بالینی:

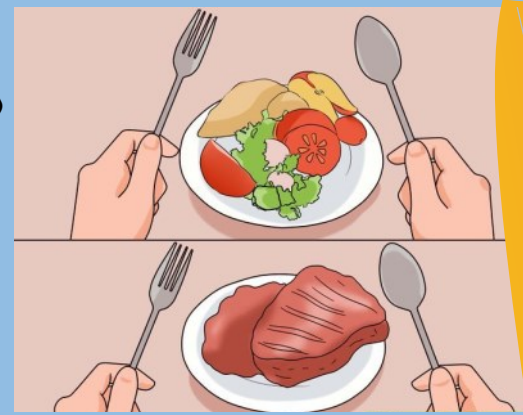
- تاول شل در هر نقطه از پوست گاه همراه با درد
- علامت نیکولسکی مثبت یعنی با فشار و کشش پوست سالم تاول ایجاد گردد.
- ضایعات دهانی به شکل سائیدگی نامنظم و دردناک همراه با خونریزی گهگاهی و روند بهبودی کند
- دردناک بودن نواحی سائیده ناشی از پارگی تاول ها همراه با ترشح و بوی زننده ناشی از مایع موجود در تاول

تشخیص: از طریق یافته های بالینی و آزمایشگاهی و نمونه برداری پوست امکان پذیر می باشد.

درمان شما بر چهار اصل استوار است:

۱. مصرف صحیح دارو
۲. رعایت کامل اصول بهداشتی
۳. رعایت رژیم غذایی مناسب
۴. پرهیز از استرس و تنش های روحی-روانی و عاطفی

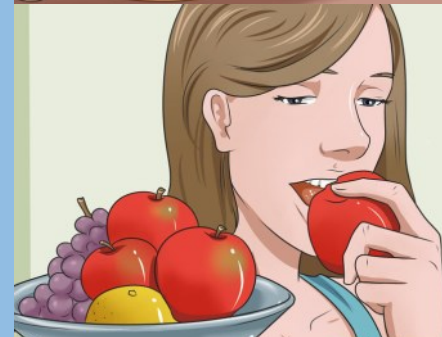
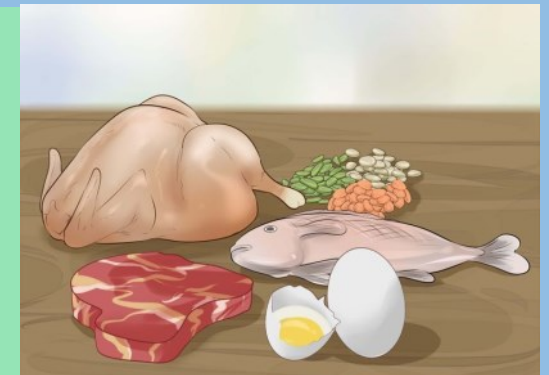
رژیم غذایی:



به علت مصرف کورتون ممکن است احساس گرسنگی بیشتری کنید. مصرف زیاد مواد پرحجم (میوه و سبزیجات) و لبنیات، گرسنگی را کنترل می نماید.



رژیم غذایی شما باید حاوی پروتئین فراوان (تخم مرغ، گوشت، ماهی، حبوبات و مرغ)، لبنیات فراوان (شیر و ماست)، مایعات کافی، میوه و سبزیجات متنوع باشد.



رژیم غذایی شما باید کم کربوهیدرات (مواد قندی و نشاسته ای)، کم چربی و کم نمک باشد. غذا به مقدار کم و در دفعات زیاد میل شود.



درمان:



- کورتیکو استروئید خوراکی
- داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی مانند آزارام، سیکلوفسفاماید
- پلاسمافرز برای کاهش آنتی بادی ها
- استفاده از سایر داروها نظیر داپسون، سیکلوسپورین و...
- درمان موضعی مانند سیلور سولفادیازین، پرمنگنات، کلوبتازول، موپروسین، کتوکانازول
- دهانشویه ها
- استفاده از داروهای بیولوژیک

- از قطع و یا افزایش خودسرانه ی میزان داروها خودداری نمایید.
- توجه داشته باشید که **تمام** داروهای خود را دقیقا بر اساس دستور پزشک معالج خود مصرف نمایید. (داروهایی مثل کلسیم و آلدروونات برای جلوگیری از پوکی استخوان تجویز می شوند).

از مصرف داروها، به خصوص کورتون با معده خالی خودداری کنید.



نحوه مصرف آلدروونات:

دارو ناشتا همراه دو لیوان آب مصرف شود و تا نیم ساعت بعد دراز نکشید و پیاده روی نمایید.



داروهایی که بیماران مبتلا به پمفیگوس حتی المقدور نباید مصرف کنند:

- | | |
|-----------------------|---------------------------------|
| • پنی سیلین | • اینترفرون بتا |
| • ریغامپین | • اینترلوکین آلفا |
| • پنی سیلامین | • مورفین |
| • کاپتوپریل، انالپریل | • مواد مخدر (تریاک) |
| • پروپرانولول | • واکسیناسیون (بدون اجازه پزشک) |
| • پیروکسیکام | • راکوتان |



اصول بهداشتی:

مواد خوراکی را با دقت بشویید و ضدعفونی کنید.



بعد از هر بار غذا خوردن، دهان و دندان خود را به طور کامل شست و شو دهید. واز دهانشویه ها طبق دستور استفاده کنید.



ورزش های سبک را به طور منظم انجام دهید و از خستگی زیاد پرهیز کنید.



اصول بهداشتی:



توجه داشته باشید که شما باید فشارخون خود را به طور مرتب کنترل کنید و آزمایشات دوره ای توصیه شده توسط پزشک را انجام دهید.



در طول درمان از حاملگی پرهیز کنید.



از تماس با افرادی که مبتلا به بیماری مسری و عفونی هستند (حتی سرماخوردگی)، خودداری نمایید.



از دستکاری ضایعات و ایجاد زخم و جراحت در پوست و مخاط پرهیز کنید.



شستشو و حمام روزانه با آب ولرم و صابون و شامپوی ملایم را فراموش نکنید.



پوست را با یک حوله نرم خشک نمایید.