

آموزش به بیمار
بیمارستان طالقانی
آبادان

زندگی با لوپوس

تهیه کننده: لیلا سلیمانی اصل

سوپروایزر آموزش به بیمار

تایید کننده: دکتر زینب کریمی

متخصص بیماریهای داخلی

تاریخ تهیه: 1400/08/23

تاریخ بازنگری: 1404/08/23

طراحی: زهرارضازاده کاوری

منبع:

کتاب داخلی - جراحی - برونرسودارث

بارداری در زمان خاموشی بیماری امکان پذیر است. برای برنامه ریزی جهت بارداری حتماً با پزشک خود مشورت نمائید. ضمناً بارداری سبب تشدید علائم بیماری لوپوس می گردد و در دوره بارداری باید به طور مرتب توسط پزشک داخلی تان ویزیت شود.



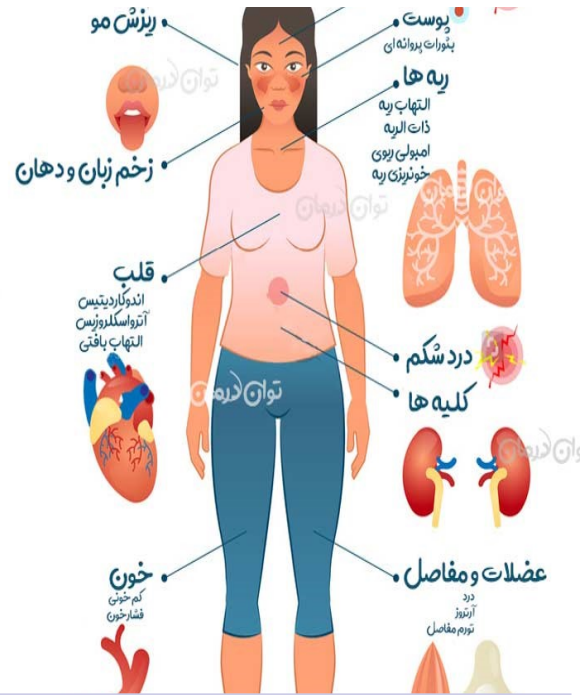
جهت کنترل بیماری:

- ◇ تغذیه مناسب با مواد پروتئینی، کلسیم و مواد لبنی داشته باشید.
- ◇ سعی کنید منظم و طبق برنامه زندگی کنید تا داروهای تان را فراموش نکنید.
- ◇ متعادل غذا بخورید و نمک مصرفی تان کنترل شده باشد.
- ◇ در ساعت ۱۰ صبح تا ۴ بعدازظهر که شدت نور آفتاب بیشتر است از منزل خارج نشوید یا از کرم های ضد آفتاب استفاده نمائید.
- ◇ قبل از هر اقدام دندانپزشکی، با پزشک خود مشورت کنید.
- ◇ جهت انجام واکسیناسیون با پزشک خود مشورت کنید.

لوپوس

در حالت طبیعی سیستم دفاعی بدن عوامل خارجی مثل میکروب ها و ویروس ها را در هنگام ورود به بدن شناسایی کرده و از بین می برد. اگر سیستم ایمنی فرد بیمار باشد، بطور مثال در اثر عوامل ارثی قادر به تشخیص خودی از غیر خودی نمی باشد و بافت های بدن خود شخص را مورد حمله قرار می دهد و باعث آسیب بافتی می شود. به چنین بیماری هایی بیماری خودایمنی می گویند.

در این بیماری اعضا مختلف بدن مانند قلب، کلیه، پوست و مفاصل مورد حمله سیستم دفاعی بدن قرار می گیرند. این بیماری در خانم ها ۸ برابر آقایان است و غالباً در سنین ۲۰ تا ۳۰ سالگی مشاهده می شود.



علائم بالینی لوپوس:

- ضعف
- تب
- بی اشتها
- کاهش وزن
- ریزش مو
- زخم آفت
- درد و تورم مفاصل
- خشکی و سختی مفاصل به هنگام صبح
- اختلال در عملکرد کلیه
- وجود پروتئین در ادرار

ممکن است علائم در دوره هایی کاملاً ناپدید شود که به آن دوره خاموشی می گویند و در دوره هایی نیز علائم شدت می یابد ولی در هر حال این بیماری جز بیماریهای مزمن و طولانی مدت می باشد. عواملی که معمولاً سبب تشدید بیماری می شود شامل عوامل محیطی مثل نور آفتاب، استرس، عوامل هورمونی، بعضی از داروها و حاملگی می باشد.

داروی مصرف اصلی در این بیماری کورتون می باشد که باید به عوارض ناشی از مصرف آن توجه نمود. این دارو سیستم ایمنی بدن را ضعیف می کند و توصیه می شود در هنگام مصرف با دوزهای بالاتر، از تردد در محیط های شلوغ و آلوده پرهیز شود.

انواع لوپوس

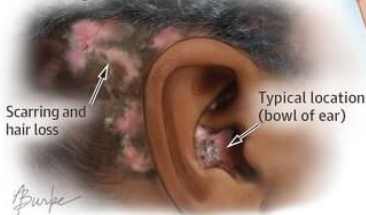
لوپوس خفیف

"Butterfly rash" (redness across cheeks and nose)



لوپوس مزمن

Red to purple rash with discoloration and scarring



لوپوس نیمه حاد



Red, raised, scaly nonscarring rash on sun-exposed areas

Burke