

الأكزيما

ما هي الأكزيما؟

هي حالة مزمنة وواحدة من أكثر إصابات الجلد شيوعا، وهي إحدى مشاكل الجلد المتعددة. ويعتقد أن كلا من العوامل البيئية والوراثية تلعب دورا هاما في إحداث الأكزيما.

من الذي يصاب بالأكزيما؟

تصيب الأكزيما الرضع والأطفال بشكل رئيسي، إلا أنها شائعة الحدوث أيضا عند البالغين. ولقد ازداد شيوع الأكزيما في السنوات الثلاثين الماضية. عندما يصل الأطفال إلى سن الحادية عشرة، فإن 10-15% منهم يكون أصيب بالأكزيما في وقت ما. وتظهر الأعراض عند 75% من الأطفال الصابغ بالأكزيما بين الشهرين الثالث والسادس من عمرهم.

كثيرا ما تكون الأكزيما وراثية. وقد توجد في نفس العائلة حالات تحسسية أخرى مثل حمى الكلاً أو الربو. وتصيب الأكزيما حوالي 25% من الناس وهي غالبا ما تسبب حدوث أحد الأمراض التحسسية.

ما هي أعراضها؟

إن أول الأعراض التي يمكن ملاحظتها عند الرضع هي إحمرار الجلد أو جفافه على جبين الطفل أو غيره من أجزاء الوجه. وقد تظهر أيضا بقع محمرة على الجلد في أماكن أخرى من الجسم، وغالبا ما تتحول هذه البقع إلى مناطق حكة أو ملتهبة.

تبدأ الأكزيما عادة من فروة الرأس أو الخدين، ثم تنتشر فيما بعد إلى الأطراف وأجزاء الجسم الأخرى. وقد تكون الأكزيما واسعة الانتشار لفترة ما عند بعض الأطفال.

تسبب الإكزيما إتهابا وحكة في الجلد مما يسبب الهرش. وتبدأ حلقة مفرغة من الخدش والحك المسبب لتشقق الجلد, يصعب إيقافها. وقد يكون الإلتهاب شديدا يدفع الطفل للحكة طوال الوقت. وقد يحاول الطفل أن يحك جلده بأي شئ لتخفيف الشعور بالحكة. وهذا يسبب العدوى بالبكتيريا التي يجب علاجها قبل أن تتمكن من السيطرة على الإكزيما بشكل فعال.

ما الذي يسبب الإكزيما؟

بالإضافة إلى السبب الوراثي والميل العائلي لظهور الإكزيما, يلعب كل من العمر والعوامل البيئية دورا هاما فن إحداث الإكزيما.

العدوى

كثيرا ما توجد البكتيريا الشائعة المعروفة باسم العنقودية على سطح جلد المصابين بالإكزيما.

الحساسية

قد يكون اطفلك مصابا بحساسية تجاه بعض المواد مثل الغبار الموجود في المنازل, أو وبر الحيوانات الأليفة أو بعض أنواع الطعام, أو الإضافات الغذائية كالمواد الملونة والمواد المكسبة للنكهة.

مسايق الزينة والملابس

إن أي مادة تسبب جفاف الجلد, كالصابون, الشامبو, ورغوات الإستحمام, المواد المنظفة أو الكلورين تسبب زيادة تهيج الإكزيما.

معظم مواد الإستحمام تحتوي على عطور قد تثير جلد الطفل.
الملابس الصوفية أو المصنوعة من ألياف صناعية قد تهيج الإكزيما أيضا.

التوتر النفسي

تميل الإكزيما إلى اتباع نمط متغير الشدة. ومن الممكن توقع ازدياد الحالة سواء في الأوقات التي يكون فيها الطفل متوترا. ومن مسببات التوتر رعد الأطفال ألم الأسنان مثلا, أو بداية العام الدراسي, أو فترة الإمتحانات. كما يمكن للإكزيما أيضا أن تزيد سوءا عندما يكون الطفل مريضا بسبب عدوى بكتيرية أو فيروسية, أو بعد التطعيم.

قد تكون الإكزيما في ذاتها سببا للتوتر, فقد يتضايق الطفل بسبب منظره, مما يسبب له التوتر وبالتالي يزيد من سوء الإكزيما لديه.

الطقس

قد يتضرر طفلك جدا من أشعة الشمس القوية التي قد تزيد حالة الإكزيما سوءا. كما إن التغيرات المفاجئة في حرارة الجو قد تسبب جفاف الجلد وحكته مما يزيد من تفاقم حالة الإكزيما.

ما هي العلاجات المتوفرة؟

نصيحة علاجية عامة

المبدأ الأول في علاج الإكزيما هو تجنب الأمور التي تزيد من حدتها. المواد المثيرة للإكزيما مثل أنواع الصابون ورغوات الحمام يجب تجنبها واستبدالها بمرطبات تناسب نوع الجلد.

يجب تقليل التعرض للمواد المثيرة للحساسية مثل فراء الحيوانات الأليفة, ويجب أخذ الإجراءات المناسبة لتقليل الغبار المنزلي في محيط الطفل.

كما يجب أن تكون ملابس الطفل وملاءات السرير من أنسجة قطنية 100% إذا أمكن.

الحرارة المرتفعة وزيادة العرق قد تجعل من الشعور بالحكة أمرا لا يطاق, لذا يجب محاولة الاحتفاظ بالوسط الذي يوجد الطفل فيه باردا, كما يجب أن تكون غرفة نومه جيدة التهوية.

تتألف الخطة العلاجية للإكزيما من عدة اجزاء, ويجب الإهتمام بالمشاكل الرئيسية(الجفاف, الإلتهاب, الحكة والعدوى) في نفس الوقت.

تهدف المعالجة إلى السيطرة على حالة الإكزيما وإلى إيقاف سلسلة الحك وخدش الجلد, وبالتالي محاولة إعطاء الجلد فرصة للشفاء.

تتمكن العناية المنتظمة من السيطرة الجيدة على الإكزيما عند الطفل.

مرطبات الجلد

مرطبات الجلد هي عبارة عن مجموعة من المستحضرات المعالجة للجلد والتي تعمل على ترطيب الجلد الجاف وتليينه وتنعيمه, هي أساس المعالجة للمصاب بالإكزيما.

الستيرويدات الموضعية

تقلل الإكزيما والمراهم المحتوية على الستيرويدات من الحالة الإلتهابية للإكزيما وتساعد على شفاء الجلد. إلا انها يجب أن تستعمل تحت إشراف الطبيب الذي سيصف النوع والجرعة المناسبة حسب عمر الطفل وشدة الإكزيما.

الستيرويدات والمضادات الحيوية الموضعية

تحتوي هذه الكريمات والمراهم المشتركة على ستيرويد لمقاومة الإلتهاب بالإضافة إلى مضاد حيوي لمحاربة العدوى التي تحدثها بكتيريا العنقوديات.

المعدلات المناعية الموضعية

تعمل المعدلات المناعية الموضعية على الجهاز المناعي للجلد. إلا أن هذه العلاجات يجب أن تقتصر على الحالات الإستثنائية التي لا تجدي معها الستيرويدات الموضعية. ويفضل أن تستخدم في الأطفال بعد أن يتجاوز عمرهم السنتين.

الأدوية المزيلة للحكة

قد يصف الطبيب أقراص مضادات الهستامين للتحكم بالحكة الليلية.

التطعيمات

يتم تحديد المسبب للحساسية عن طريق بعض التحاليل سواء بالدم أو الجلد ثم يتم اعطاء هذه التطعيمات سواء تحت اللسان أو تحت الجلد.