

تعریف :

لوپوس یک بیماری خود ایمنی است به این معنی که سیستم دفاعی بدن شما به بافت های خودی حمله می کند و این تهاجم باعث التهاب و تخریب ارگانهای مختلف بدن می شود. به این نحو که مفاصل دردناک ، متورم و قرمز می شوند و بثورات پوستی ایجاد می شود. قسمت های دیگر بدن از جمله عضلات، عروق، کلیه ها، سیستم عصبی، ریه ها و قلب نیز ممکن است تحت تاثیر بیماری قرار گیرند. این بیماری ۵ برابر بیشتر در زنان رخ می دهد و در سنین ۴۰-۱۵ سالگی این بیماری بیشتر رخ می دهد.

این بیماری یک اختلال التهابی مزمن و جدی است که معمولاً بطور کامل بهبود نمی یابد.

علاوه بر نوع سیستمیک بیماری که همه ارگانها را ممکن است درگیر کند، نوعی از بیماری وجود دارد که فقط پوست را درگیر می کند که به لوپوس پوستی معروف است این نوع از بیماری، علائم خفیفی را ایجاد می کند و بسیار شایع تر از نوع سیستمیک بیماری است.

علل و عوامل :

علت اصلی بیماری شناخته نشده است. غالباً یک تمایل وراثتی در بروز بیماری دخیل است. حملات لوپوس به واسطه وقایع خاص مثل ابتلا به عفونت های ویروسی، قرار گرفتن در معرض نور آفتاب، تغییرات هورمونی، استرس های عاطفی، استراحت ناکافی و واکنش ها بروز می نماید. لازم به توضیح است که برخی از داروها از جمله هیدروکورتیزون که یک داروی ضد فشارخون است و پروکائین آمید که دارویی برای درمان بی نظمی های قلب است ممکن است علائمی شبیه به لوپوس ایجاد کنند.

علائم و نشانه ها :

بیماری همه افراد را به یک شکل درگیر نمی کند و هر بیمار ممکن است علائم متفاوتی را تجربه کند که بسته به ارگان درگیر شده دارد. اما برخی از علائم شایع بیماری عبارتند از :

- مفاصل متورم و دردناک که با فعالیت و تحرک بیشتر می شود.
 - بثورات پوستی شبیه پروانه بروی گونه ها و بینی که به سمت رویش موها کشیده می شود مشاهده می شود
 - ریزش مو
 - خستگی و ضعف
 - تبی که هیچ علت خاصی ندارد
 - حساسیت به نور خورشید
 - خشکی چشم و دهان
 - درد در انگشتان و تغییر در رنگ و دما (سرد می شوند)
 - کاهش وزن
 - اختلال در عملکرد کلیه و وجود پروتئین در ادرار که منجر به افزایش فشار خون می شود.
 - بزرگی کبد و طحال و دردناک شدن شکم
 - زخم در مخاط مانند دهان و بینی
 - علائم مغزی مانند سردرد، تشنج و کم شدن حافظه در طول زمان
- علائم ممکن است در دوره هایی کاملاً ناپدید شود که به آن زمان دوره بهبودی می گویند. اما زمانهایی نیز وجود دارد که علائم شدت می یابد.

تشخیص :

علائم بیماری با برخی اختلالات خودایمنی شباهت دارد و به همین دلیل تشخیص به سختی تأیید می شود. پزشک شما را معاینه می کند و تاریخچه بیماری را سؤال کرده و یک سری آزمایشات را برای شما درخواست می کند آزمایشات خون، آزمایش ادرار نیز برای بررسی وجود پروتئین به دلیل احتمال اختلال در عملکرد کلیه بررسی می شود. در صورت لزوم از بثورات پوستی نمونه برداری می شود و گاهی نوار قلب و عکس قفسه سینه نیز برای بررسی بیشتر قلب و ریه انجام می شود.

درمان :

همانگونه که ذکر شد این بیماری درمان قطعی ندارد. اما به منظور برطرف کردن علائم و کنترل بیماری و بر اساس اینکه چه ارگانی درگیر است اقدامات زیر بنا به تشخیص اعضاء تیم سلامت و فراهم کنندگان مراقبت انجام می شود:

- برای کم کردن درد و التهاب مفاصل ، داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی مثل آسپرین و دیکلوفناک سدیم تجویز می شود.
- داروهای ضد مالاریا مثل کلروکوئین ممکن است برای درمان علائم مفصلی و پوستی به کار روند. مشاوره چشم پزشکی دروه ای برای بیماران که این داروها را مصرف می کنند ، ضروری است.
- علائم شدید بیماری با داروهای ضد التهابی استروئیدی (کورتون) یا داروهای شیمی درمانی (متوتروکسات، سیکلوفسفامید، آزاتیوپرین) درمان می شوند.

توصیه های لازم :

شما ممکن است خیلی سریع خسته شوید، بنابراین دوره های استراحت کافی را در زمان عود بیماری در برنامه روزانه لحاظ نمایید و از استرس بپرهیزید. زمانی که بیماری در دوره بهبودی قرار دارد می توانید فعالیت های ورزشی را به منظور حفظ قدرت و انعطاف پذیری عضلات در برنامه هفتگی خود بگنجانید.



دفتری

مرکز آموزشی درمانی نمازی

واحد آموزش ضمن خدمت

لوپوس اریتماتوز سیستمیک

(SLE)



PT-HO-96

گردآوری : نسرین شینی کارشناس پرستاری

بازبینی: اشرف معماریزاده کارشناس ارشد NICU

استاد علمی: دکتر مریم پاک فطرت فوق تخصص کلیه

۱۳۹۵

بروز عوارض جدی و تهدید کننده بکاهد و کیفیت زندگی مطلوبی را برای شما ایجاد کند.

در صورت بروز تب، تنگی نفس، درد قفسه سینه، وجود خون در ادرار و مدفوع و درد شدید معده حتماً به پزشک مراجعه شود

مواجهه با نور خورشید ، بثورات پوستی و سایر علائم بیماری را وخیم تر می کند بنابراین از انجام فعالیت های خارج از منزل در محدوده ساعاتی که اوج تابش نور خورشید است (۱۰ صبح تا ۴ عصر) حتی الامکان پرهیز کنید در غیر اینصورت از کلاه یا نقاب هایی که صورت را از مواجهه با نور خورشید حفظ می کند استفاده کنید و لباسهایی بپوشید که دستها، بازوها و سینه شما را به خوبی بپوشاند و همیشه از ضد آفتاب استفاده کنید. در صورتیکه بثورات پوستی بدتر شد به پزشک مراجعه کنید. توجه داشته باشید به هیچ عنوان داروها نباید بدون اجازه پزشک قطع شوند.

ماملگی در لوپوس :

تقریباً ۲۵٪ خانمهای مبتلا به SLE در خلال حاملگی و پس از آن وخیم تر شدن بیماری را تجربه می کنند. این که حاملگی و زایمان چگونه و به چه میزانی بر روند بیماری تاثیر می گذارد قابل پیش بینی نیست بنابراین قبل از بارداری به همراه همسران در مورد وخیم تر شدن احتمالی بیماری با پزشکتان مشورت کنید ؛ زمانی که تصمیم به بارداری می گیرید بیماری باید در حالت بهبودی (کنترل شده) باشد. برخی از مشکلات دوران حاملگی مثل مسمومیت حاملگی در بیماران مبتلا به SLE بیشتر رخ می دهد به منظور کاهش عوارض تحت نظر پزشک باشید. توجه داشته باشید که نسبت به سایر خانمها به مشاوره های بیشتری با متخصص زنان و همین طور پزشک معالجتان در حین بارداری نیاز دارید.

پیش آگهی :

روند این بیماری را نمی توان پیش بینی کرد و باید توجه کرد که این بیماری اختلالی است که در اکثر موارد در تمام طول عمر همراه با شماس و البته دوره های عود و بهبودی دارد. تشخیص سریع، درمان مناسب و پیگیری مداوم می تواند از

منابع :

1- Lupus Erythematosus: available from:

<http://www.mdconsult.com/das/patient/body/329633317-14/1296050911>

Accessed: 2012

2- Lupus Erythematosus: available from:

<http://www.mdconsult.com/das/pdxmd/body/329633317>

Accessed: Augu2007

3- Lupus Erythematosus: available from:

<http://www.nursingconsult.com/nursing/patient-education/full->

Accessed: Nov 201