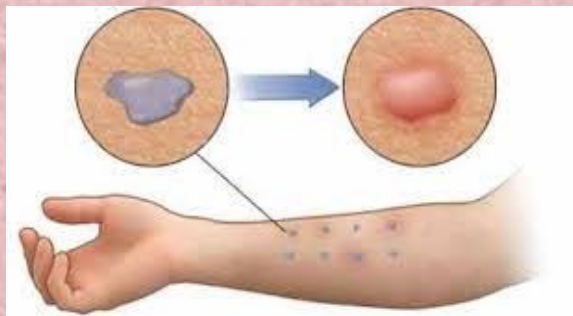




کهیر



تهیه کننده : الهام انصاری (کارشناس پرستاری)
تاییدکنندگان :
سمیه قربانی (مدیر پرستاری)
خدیجه عباسی (سوپروایزر آموزشی)
رقیه بهزادی (سوپروایزر آموزش سلامت)
تایید کننده نهایی : دکتر رضا زارع پور (متخصص داخلی)

منبع : برونر و سودارث قلب و عروق 2018



بازنگری : دی ماه 1403

در عرض چند دقیقه بعد از قرارگیری در معرض خورشید رخ دهد.

❖ تورم رگ های خونی، یا واسکولیت نیز می کند سبب کهیر شود. این کهیرها بیشتر دردناک هستند تا خارش دار، و ممکن است کبودی را در پوست بر جای بگذارند و اغلب بیش از یک روز طول می کشد.

پیشگیری از کهیر:

❖ برخی غذاها یا مایعات تحریک کننده را از برنامه غذایی خود جدا کنید.

❖ قرار گرفتن در معرض آلرژن های موجود در هوا را کاهش دهید.

❖ از مواد شوینده و صابون های بدون رایحه و رنگ استفاده کنید.

❖ از قرار گرفتن در برابر تغییرات شدید دمای خودداری کنید.

❖ هنگام استرس یا کار زیاد، دقایق را به استراحت پردازید.

❖ لباس های سبک و گشاد به تن کنید.



ایمنی بدن شما تأثیر می گذارد را شامل می شود.

❖ گستره روش های درمانی کهیر از کمپرس سرد برای کاهش خارش تا تجویز انواع آنتی هیستامین ها و داروهای دیگری همچون داروهای ضد التهابی و داروهای که بر روی سیستم ایمنی بدن شما تأثیر می گذارد را شامل می شود.

کهیر فیزیکی :

در کهیر فیزیکی، کهیر علت فیزیکی دارد، نظیر قرارگیری در معرض گرما، سرما، یا فشار.

عوامل آغاز کننده متداول عبارتند از:

❖ مالش یا خاراندن. این عمده دلیل کهیر فیزیکی است. علائم در طی چند دقیقه در محلی که خارانده می شود و یا مالش داده می شود ظاهر می گردد.

❖ فشار یا انقباض. فشار طولانی مدت، بعد از ۶ الی ۸ ساعت بعد از فشار، سبب تورم قرمز رنگ می شود. علائم می تواند در بخش هایی از بدن که تحت فشار است رخ دهد، مثل پاها.

❖ تغییر در دمای بدن. کهیر خنک با قرار گرفتن در معرض دماهای پایین بعد از بازگرم شدن رخ می دهد.

❖ دمای بالاتر بدن. کهیر کولینرژیک بدلیل افزایش در دمای بدن بدلیل ورزش، دوش گرم و یا اضطراب است.

❖ قرارگیری در معرض خورشید. کهیر خورشیدی ممکن است

کهیر:

کهیر نوعی حساسیت پوستی است که به دلایل مختلفی از جمله حساسیت به برخی مواد بروز پیدا می کند.

معمولاً کهیر به صورت ضایعاتی سرخ رنگ بر روی پوست ظاهر می شود که گاهی اوقات این نواحی ملتهب، به شکلی برآمده نمایان می شوند و با خارش همراه هستند. این احساس خارش، بسته به نوع حساسیت می تواند خفیف یا شدید باشد.

جالب است بدانیم که کهیر بیماری شایعی در جهان است و نزدیک به ۲۰ درصد از مردم جهان در طول زندگی خود به کهیر دچار می شوند.

انواع کهیر:

حال که دانستیم کهیر چیست، بهتر است با انواع کهیر آشنا شویم.

کهیرها عموماً به دو نوع دسته بندی می شوند:

1- کهیر حاد (کوتاه مدت)

2- کهیر مزمن (بلند مدت)

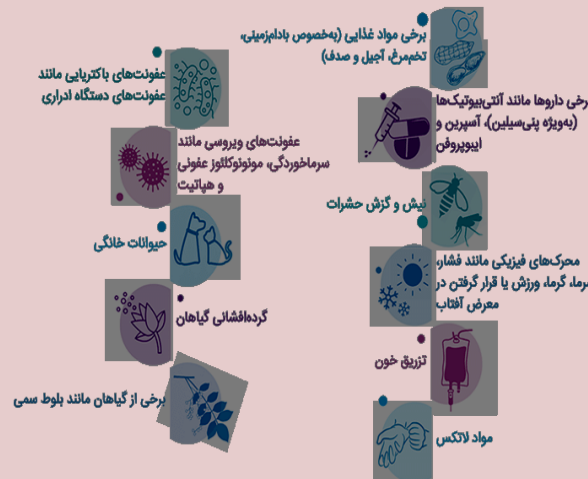


نتایج تحقیقات گویای این است که کهیر مزمن تقریباً به صورت روزانه و به مدت شش هفته اتفاق می افتد و معمولاً با خارش همراه است. هر قسمتی از بدن که دچار کهیر می شود، در کمتر از ۲۴ ساعت بهبود می یابد؛ بدون اینکه اثر رنگ پریدگی یا کبودی بر پوست به جا بگذارد.

عوامل ایجاد کهیر:

- ❖ برخی مواد غذایی (به خصوص بادام زمینی، تخم مرغ، آجیل و صدف)
- ❖ برخی داروها مانند آنتی بیوتیک ها (به ویژه پنی سیلین)، آسپرین و ایبوپروفن
- ❖ نیش و گزش حشرات
- ❖ محرک های فیزیکی مانند فشار، سرما، گرما، ورزش یا قرار گرفتن در معرض آفتاب

عوامل ایجاد کهیر



❖ مواد لاتکس

❖ تزریق خون

❖ عفونت های باکتریایی مانند عفونت های دستگاه ادراری

❖ عفونت های ویروسی مانند سرماخوردگی، مونونوکلئوز عفونی و هیپاتیت

❖ حیوانات خانگی

❖ گرده افشانی گیاهان

❖ برخی از گیاهان مانند بلوط سمی و گیاه گزنه

کنترل و درمان کهیر:

❖ از عوامل شناخته شده ای که محرک این حساسیت پوستی هستند، اجتناب کنید.

❖ به یک متخصص آلرژی مراجعه کنید. فرد متخصص محرک های پوستی که عامل ایجاد کهیر در بدن شماست را شناسایی کرده و با تجویز داروهای خاص از بروز کهیر جلوگیری می کند یا از شدت علائم آن می کاهد. نوع دارو برای درمان کهیر که نیاز به نسخه داشته باشد یا بدون نسخه هم قابل تهیه باشد، بستگی به نوع کهیر و میزان شدت آن دارد.

❖ گستره روش های درمانی کهیر از کمپرس سرد برای کاهش خارش تا تجویز انواع آنتی هیستامین ها و داروهای دیگری همچون داروهای ضد التهابی و داروهای که بر روی سیستم