الحساسية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المحتويات

المقدمة

١. ما هى الحساسية ؟

٢. ما هى اعراض الحساسية ؟

٣. ما هى المؤثرات التى تسبب الحساسية ؟

٤. ما هى انواع الحساسية الجلدية ؟

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

المقدمة

الأمراض الجلدية متباينة الأنواع مختلفة الأعراض والمضاعفات. منها ما يمكن السيطرة عليه، ومنها المزمن، لذلك لابد من الصبر والاحتمال والمثابرة أو التسليم والتعايش معها.

يعتقد البعض بأن علاج الأمراض الجلدية هي المراهم والمركبات الموضعية وبعدها يستقيم الأمر. إن هذه فكرة خاطئة بالتأكيد، وقد تكون خطيئة كذلك عندما توصف تلك المركبات جزافاً خاصة عقاقير الكورتيزون التي قد يكون لها آثار خطيرة خاصة على الأطفال.

ولما كانت الأمراض الجلدية سبباً لمعاناة الكثيرين، ومقدار ما يعرفه القارئ عن تلك الأمراض قد يكون محدوداً، خاصة وأن المكتبة العربية ينقصها ما يحتاجه الغالبية لبعض المعرفة عن الأمراض الجلدية، رأيت أن من واجبي وضع هذا الكتاب.

لقد تطرقت فيه إلى أهم الأمراض الجلدية التي تهم القارئ، وأكثرها انتشاراً خاصة تلك الأمراض التي يعاني منها نسبة كبيرة من البشر، ألا وهي أمراض الشعر وحبوب الشباب وكذلك أمراض الحساسية.

إن أمراض الحساسية هي أكثر الأمراض الجلدية انتشاراً وقد لا نجد أسرة لم يعان أحد أفرادها من هذا المرض في مرحلة من مراحل حياته، وقد بينت أنواع الحساسية التي تصيب الأطفال بصفة خاصة وذلك لأهميتها وحساسية أصحاب المهن المختلفة. وذكرت كذلك بإسهاب أمراض الشعر التي ولا شك بأنها مشكلة كبيرة يعاني منها الكثيرون.

إنني أرجو الله أن يكون هذا الكتاب خير معين للسليم، عله يجد فيه طرق الوقاية التي يتقي بها الإصابة وكذلك المرشد السليم وعساه أن يجد في فقراته ما يعينه على الشفاء .. والله نعم الشافي ونعم المعين.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

اولا : ما هي الحساسية:

يمكن تعريف الحساسية بصفة عامة: بأنها حالة من التغييرات الكيميائية التي تحدث نتيجة تعرض الجسم إلى مؤثرات خارجية أو داخلية تؤدي إلى طفح جلدي أو بثور أو فقاقيع أو تسلخات بالجلد ومصحوبة بالحكة أو بأعراض أخرى تعتمد على المكان الذي حدث به ذلك المؤثر.

ماذا يحدث بالجسم نتيجة هذه المؤثرات؟

يعتمد ذلك على قوة المؤثر وعلى مدى رد فعل الجسم له وعلى مدى المناعة والمقاومة التي يتصدى بها الجسم لذلك المؤثر.

في هذه الحالة يتصدى جهاز المناعة بجسم الإنسان متمثلاً في خلاياه اللمفاوية (اللمفاوسايتس). وبقدر ما يكون المؤثر قوياً بقدر ما يزداد نشاط تلك الخلايا. إذ قد تتجمع الخلايا اللمفاوية خارج الأوعية الدموية حتى تتصدى وتقاوم عن كثب. ونتيجة لذلك الصراع بين الخلايا اللمفاوية والمؤثر تحدث التغييرات التي ينتج عنها الأعراض المختلفة للحساسية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثانيا : ما هي أعراض الحساسية؟

أعراض الحساسية متنوعة ومتباينة إذ تظهر تلك الأعراض على الجلد أو تصاحبها أعراض أخرى نتيجة تأثر الأعضاء الداخلية مثل الجهاز التنفسي.

(١) الحساسية الحادة :

تظهر أعراض الحساسية الحادة عادة مباشرة بعد التعرض للمؤثر.

أعراضها: إحمرار بالجلد وظهور بثور أو فقاقيع أحياناً، وقد تتسلخ ويتبعها حكة قوية وغالباً ما تؤثر على مساحة واسعة من الجلد. قد يصاحب الحساسية الحادة بالجلد أعراض أخرى مثل ارتفاع بدرجة حرارة الجسم وألم بالمفاصل.

لا تلبث الحساسية الحادة مدة طويلة إلا إذا صاحبها مضاعفات خاصة مع استمرار التعرض للمؤثر وتبقى في عملية مد وجزر، فتارة يتغلب المؤثر وتظهر الحساسية الحادة وتارة أخرى قد يتغلب الجسم فتخف حدة الحساسية.

أما إذا كان المؤثر أقل من المرحلة الأولى وكانت النتيجة لصالح جهاز المناعة نسبياً فإن مقاومة الجسم تتغلب.

ولذا فإن الحساسية الحادة تبدأ في الانحسار تدريجياً، إذ يخف الطفح الجلدي والأعراض الأخرى المصاحبة مثل الحكة.

(٢) الحساسية المزمنة:

يستمر هذا النوع من الحساسية لمدة طويلة ويبقى الجسم في حرب سجال وصراع مستمر مع المؤثر الخارجي أو الداخلي. وقد تمضي شهور أو سنوات عديدة قبل أن يتخلص الجسم من تلك الحساسية إما بجهد ذاتي أن بمعونة خارجية مثل تعاطي العلاجات أو الإمتناع عن التعرض لذلك المؤثر.

في هذا النوع من الحساسية، يعاني المصاب من الحكة المزمنة وتزداد نتيجة للهرش المستمر سماكة الجلد بالمنطقة المصابة وقد تظهر أعراض أخرى.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ومن الممكن أن تظهر الحساسية المزمنة منذ البداية أو قد تكون مرحلة تتبع الحساسية الحادة.

بعض أنواع من الحساسية قد تظهر لها أعراض أخرى، إذ قد يصاحبها ضيق بالتنفس للإناث بالعين أو أعراض حساسية بالأنف مثل العطس المستمر أو أعراض متباينة تعتمد على مكان الحساسية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثالثا : ما هي المؤثرات التي تسبب الحساسية؟

يمكن أن يؤدي أي مؤثر داخلي أو خارجي إلى ظهور مرض الحساسية. وفي بعض الأحيان لا يمكن تحديد المسبب، فقد يضني معرفة ذلك الطبيب والمريض معاً، رغم إجراء العديد من الفحوصات المخبرية أو إختبارات الحساسية المختلفة.

وتجاوزاً يمكن القول "بأن كل ما تحت الشمس بما فيها الشمس قد يكون سببا لأمراض الحساسية".

وسأبين هنا بعض أنواع المؤثرات التي تسبب أمراض الحساسية:

١ – المواد الغذائية:

المعلبات: إما من تأثير المواد الغذائية نفسها أو من المواد الداخلة في عملية التعليب أو من نفس العلب.

المواد الغذائية الملونة: خاصة التلوين الصناعي لبعض الأغذية والمشروبات.

بعض أنواع البروتينات مثل الأسماك، الأجبان، البقوليات البيض وغيرهما.

المشروبات: مثل عصير المانغو والفراولة والكولا.

٢ – الملابس والمفروشات:

مثل الصوف، الحرير، النايلون والريش.

٣–العقاقير الطبية:

وهي كثيرة ومتنوعة سواء الموضعية منها أو التي تصل إلى الجسم مثل مركبات البنسلين والسفا.

٤–العطور ومواد التجميل :

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

٥-المعادن:

مثل الذهب، الكروم، الحديد والنحاس.

٦- مشتقات البترول:

مثل الديزل والبترين والقار.

٧- المطهرات والمنظفات:

مثل أنواع الصابون المختلفة وغيرها.

٨- الحشائش والشجيرات والأزهار

٩- مواد البناء:

مثل الأسمنت والدهانات المختلفة.

١٠- **الغبار:** وبعض أنواع الطحالب والفطريات وحشرة العث التي تتواجد خاصة في البيوت القديمة والأماكن المهجورة.

تؤثر تلك على الجهاز التنفسي فتؤدي إلى حساسية بالأنف وضيق بالتنفس.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رابعا : ما هي أنواع الحساسية الجلدية؟

هنالك العديد من الأنواع التي وإن اختلفت في السبب إلا أن الأعراض تكون في الغالب متشابهة من حيث حدوث الطفح الجلدي والحكة. إما أن تكون الحساسية موضعية تظهر على المكان الذي تعرض لمؤثر خارجي أو شاملة لمناطق مختلفة من الجسم.
وسأبين هنا بعض أنواع الحساسية التي تهم القارئ.

- **حساسية الأطفال :**

أمراض الحساسية في الأطفال إما أن تكون مكتسبة نتيجة العوامل المختلفة التي يتعرض لها الأطفال بعد الولادة أو وراثية يرثها الأبناء عن أحد الأبوين أو الأجداد.

◊ **ومن خصائص الحساسية الوراثية في الأطفال ما يلي:**

(أ) غالباً ما تظهر في سن الطفولة على شكل طفح جلدي للإناث على جلد الطفل بعد الولادة خاصة على مناطق الوجه والأطراف مصحوبة بالحكة التي قد تؤثر على الطفل بدرجة كبيرة.
(ب) قد يصاحب الحساسية الوراثية ضيق بالتنفس أو أعراض أخرى الجهاز التنفسي.
ويكون الطفل في هذا النوع من الحساسية أكثر استجابة للمؤثرات النفسية والعوامل الفيزيائية مثل الحرارة والبرودة، ويكون معرضاً كذلك للإصابة بأنواع أخرى من الحساسية أكثر من غيره من الأطفال. والسبب في حدوث مرض الحساسية الوراثية في الطفل هو ليس المؤثر فقط بل الاستعداد الفطري نتيجة عامل الوراثة الذي يؤدي إلى زيادة استجابته لتلك المؤثرات، وعدم مقدرته على التعامل معها ومقاومتها كما يحدث في الأحوال العادية بين الأطفال الذين لم يرثوا تلك الصفات.
تبدأ الحساسية الجلدية عادة على الوجنتين وقد تستقر في تلك المنطقة لمدة طويلة والطفل في معاناة مستمرة، وتظهر هذه على شكل إحمرار وطفح جلدي على الوجه وقد تظهر

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بثور وفقاقيع تتسلخ ويخرج منها سائل أصفر اللون، ويصبح الطفل قلقاً دائم البكاء فيفرك وجهه بالمخدة، أو يهرش بيديه، وينشب أظافره في تلك المنطقة، وبالتالي يزداد أمره سوءً، وتؤثر بذلك على حالته النفسية والصحية، إذ يفقد الكثير من وزنه. وقد تنتشر الحساسية لتشمل منطقة الساعدين وخلف الركبتين أو إلى مناطق أخرى من جسمه.

قد تستمر هذه الحالة عادة حتى السنة الثانية من عمر الطفل وفي بعض الحالات إلى سن العاشرة أو لمدة طويلة. وفي هذه المرحلة تزداد سماكة الجلد في مناطق الإصابة ويصبح مكان الحساسية جافاً نتيجة تحسن مقاومة الطفل نسبياً، وتظهر بعض البثور والطفح الجلدي مصحوبة بالحكة. وتزداد أو تقل حدة تلك الأعراض نتيجة عوامل مختلفة يتعرض لها الطفل.

بالإضافة استطاع الجسم بعد حين أن يكّون المناعة والدفاع الكافي لمقاومة تلك المؤثرات الداخلية أو الخارجية، فإن الحساسية قد تختفي تدريجياً أو يكون أثرها محتملاً بعد ذلك.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

حساسية الاطفال

يجب الحذر من تطعيم الأطفال بلقاح ضد مرض الجدري أثناء إصابته بالحساسية الجلدية خاصة عندما تكون حادة إذ أن ذلك قد يؤدي إلى مضاعفات خطيرة للطفل.

◊ **ما هي الخطوات التي يجب اتباعها لرعاية الأطفال المصابين بأمراض الحساسية؟**

✓ إن إصابة الأطفال بإمراض الحساسية في هذا السن المبكر قد تسبب الكثير من الضنى والضيق للوالدين وهم يرون طفلهم يقاسي منذ نعومة أظفاره من الحساسية ومشاكلها. لهذا فإن على الوالدين دوراً هاماً إذ عليهم التحلي بالصبر وحسن التصرف والالتزام بتعليمات الطبيب بكل دقة. فكما ذكرت سابقاً: يصاب الطفل الذي يشكو من مرض الحساسية بقلق ويكون دائم البكاء خاصة بالليل لأن وطأة الحساسية تشتد على الأطفال عادة في ذلك الوقت نتيجة مؤثرات خارجية مثل الدفء، وبعض الملابس والأغطية الصوفية والمخدات التي تحوي مركباتها على مادة الصوف أو النايلون أو الريش.

لذا يجب على الوالدين ألا يظهرا تضايقهم عند إزعاج الطفل لهم وإيقاظهم من النوم. لأن الأطفال رغم صغر سنهم قد يستطيعوا تمييز الجو العائلي القلق، ويؤثر ذلك على نفسية الطفل وقد تزيد الأمور تعقيداً.

أكزيما تأبتية طفلية

أكزيما تأبتية مزمنة

أكزيما تأبتية حادة

أكزيما تأبتية طفلية(مواقع نموذجية)

✓ **عدم إعطاء الأطفال العلاجات جزافاً** أو المحاولة الاستعانة بالصيدليات لشراء العديد من مراهم الحساسية أو استعمال المراهم والأدوية التي صرفت في السابق لأحد أفراد الأسرة، إذ قد يكون لذلك مضاعفات خطيرة. فبعض المراهم والمركبات الموضعية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

للجلد قد تزيد من تعقيد الأمور. حيث أن التعامل مع الأمراض الجلدية خاصة في الأطفال تحتاج إلى فن وخبرة وإطلاع واسع.

إن العلاجات الموضعية كثيرة، ومتعددة، كما أن النوع الواحد من تلك المركبات يوجد على صور مختلفة من ناحية التركيز أو قد يحوي على مركبات مختلفة. وتتباين كذلك الحالة التي يوجد عليها ذلك المركب مثل المراهم والكريمات والمستحلبات أو السوائل. ولكل استعمالاته ويعطى تحت ظروف معينة حسب نوع الحساسية التي يعاني منها الطفل. ورغم أن مركبات الكورتيزون الموضعية هي أكثر العلاجات التي تصرف لأمراض الحساسية، إلا أن استعمالها يجب أن يكون تحت إشراف دقيق والإلتزام الكامل بإرشادات الطبيب، إذ أن استعمال تلك لمدة طويلة أو بتركيز قوي قد يؤثر بدرجة كبيرة على الجلد وعلى الحالة الصحية للطفل كذلك.

◊ **ومن المضاعفات التي تُسببها مركبات الكورتيزون ما يلي:**

أ) تورم بالجسم خاصة على الوجه يصبح دائري الشكل ويُسمى "Moon Face".

(ب) نخرٍ بالعظام.

(جـ) قد تسبب ارتفاع ضغط الدم.

(د) استعمال مركبات الكورتيزون لمدة طويلة قد يؤدي إلى مرض السكري.

(هـ) هبوط في وظائف الغدد الفوق كلوية وقد تسبب الوفاة.

(و) ظهور بثور على الجلد تشبه حبوب الشباب.

كما أن مركبات الكورتيزون الموضعية مثل المراهم وغيرها قد يكون لها مضاعفات كذلك خاصة الأنواع المركزة وإذا استعملت لمدة طويلة فتؤدي إلى مضاعفات موضعية بالجلد كما أنها قد تُمتص من سطح الجلد وتصل إلى الدورة الدموية وتسبب بذلك مضاعفات أشد وأعظم خاصة بين الأطفال.

ومن مضاعفات مركبات الكورتيزون الموضعية:

(أ) حدوث تسلخات بالجلد خاصة على ثنايا الجلد، وذلك على المنطقة التناسلية بالذات والإبط.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

(ب) تليف بأنسجة الجلد ويصبح بذلك رقيقاً وتظهر شعيرات دموية تحت الجلد خاصة على الوجه. لهذا يجب الحذر جداً من استعمال مركبات الكورتيزون خاصة المركز منها على منطقة الوجه.

(جـ) حدوث ندبات على سطح الجلد وتظهر على شكل خطوط حمراء اللون. لا يلبث وأن يتغير لونها إلى الأبيض.

(د) ظهور بقع فاتحة اللون تشبه مرض البهاق مكان استعمال المراهم المتكرر خاصة الأنواع المركزة.

كما أود أن أشير إلى بعض المركبات الموضعية التي تستعمل لعلاج الحساسية، مثل الكريمات أو المستحلبات، قد لا تكون العلاج المناسب لحالة من الحساسية بينما مراهم ذلك المركب هي التي تعطي النتيجة المطلوبة. فمثلاً تستعمل الكريمات والمستحلبات إذا كانت الحساسية من النوع الرطب والجلد متسلخاً يخرج منه بعض السوائل، والهدف من هذه المركبات في تلك الحالات تجفيف الحساسية. أما المراهم فلها دور مخالف تماماً، إذ تستعمل للمحافظة على رطوبة الجلد وعدم فقده للسوائل. فلو استعملت الكريمات لتلك الحالة قد تزيد من جفاف الجلد، وبالتالي تزيد من مضاعفات الحساسية. كذلك المراهم إذا استعملت للحساسية الرطبة المتسلخة فإنها ستؤثر على الحساسية وتقلل من فرصة جفافها والتآمها وقد تزيد من مضاعفاتها.

كما أن بعض مراهم الحساسية قد تسبب أيضاً حساسية بالجلد. لذلك لا أنصح مطلقاً باستعمال مركبات البنسلين أو السلفا أو النيومايسين أو المراهم المخدرة لما قد تسببه تلك الأنواع من تحسس للجلد. وبهذا قد يعاني الطفل من حساسية جديدة مفتعلة من تلك المركبات أولئك إلى مشكلته الرئيسية.

إن كثيراً من أمراض الحساسية يصعب علاجها أو قد يتأخر لمدة أطول من اللازم نتيجة سوء المعالجة من البداية. وبهذا يتضرر الطفل من أقرب الناس إليه من حيث لا يشعرون.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

✓ **المحافظة على نظافة الجلد دون إفراط أو تفريط.**

(أ) الاستحمام الزائد للطفل:

قد يكون ضاراً في بعض حالات الحساسية، إذ أن كثرة الاستحمام خاصة باستعمال الصابون الغير مناسب يؤدي إلى مزيد من جفاف الجلد خاصة في المناطق الصحراوية الجافة. لذا يجب أن تراعي الأمهات ذلك وتلاحظ جلد الطفل بين فترة وأخرى. ويجب عدم استعمال ليف الإسفنج أو الأنواع الخشنة منها إذ من الأفضل استعمال ليفة من القطن الناعم.

(ب) كما يجب تنشيف جلد الطفل برقة بعد الحمام وعدم فركه بعنف خاصة بالفوط الخشنة أو التي تحوي مركبات النايلون.

كما يجب عدم استعمال مناديل الورق لتنشيف الجلد إذ أن بعضها يكون خشناً أو يحوي على بعض أنواع من العطور أو المركبات الأخرى التي تؤثر على جلد الطفل.

(جـ) دهان جلد الطفل بعد الاستحمام مباشرة بزيت خاص بالأطفال وهذا يفيد كثيراً خاصة ذوي البشرة الجافة.

(د) حمامات السباحة:

لا يمنع الطفل المصاب بمرض الحساسية من الاستحمام في برك السباحة إلا إذا ثبت فعلاً ظهور مضاعفات بعد ذلك.

يجب ملاحظة أن تكون نسبة القلوية والحامضية متعادلة بماء البرك حوالي (٧). كما أن نسبة الكلورين يجب أن تكون معتدلة، ويمكن الكشف على ذلك بمركبات خاصة يزود بها أصحاب المسابح.

وعلى الطفل أن يأخذ حماماً بالماء العادي مباشرة بعد خروجه من المسبح وألا يترك الماء يجف على الجلد. إذ قد تترسب بعض الأملاح والمركبات الأخرى التي قد تؤثر عليه.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **الحفائظ:**

(أ) يجب اختيار النوع المناسب وأن يكون سطح الحفائظ الملابس لجلد الطفل من القطن الذي يمتص الإفرازات وليس من النايلون الذي يعمل على حجزها. وقد تسبب تلك حساسية مؤذية للطفل، تستمر لمدة طويلة وتؤدي إلى مزيد من التسلخات والالتهابات الجرثومية والفطرية.

(ب) يجب تغيير الحفائظ باستمرار ومباشرة بعد أن يبتل الطفل. وليس معنى وجود الحفائظ أن يُلف بها الطفل لتبقى على جلده طول اليوم. وإن كان ذلك يريح بعض الأمهات والمربيات إلا أن الأمومة تقتضي التضحية في سبيل راحة الوليد.

كما أنصح بترك الطفل فترة بدون ذلك الوثاق الذي قد يسبب له بعض المضايقات.

- **الملابس والأغطية:**

(أ) عدم المبالغة في تلبيس الطفل وتدفئته، إذ أن الدفء الزائد قد يؤدي إلى مردود عكسي والى زيادة العرق الذي يثير الجلد لما يحويه من أملاح وغير ذلك.

(ب) عدم استعمال ملابس النايلون أو الحرير أو الصوف مباشرة على جلد الطفل المصاب بمرض الحساسية وإذ كان ولابد من استعمال تلك الأنواع فيجب أن يلبس تحتها ملابس قطنية داخلية حتى تحمي جلده من تأثيرها.

(جـ) يفضل استعمال مخدة من القطن وليس من الريش أو النايلون حتى لا تؤذي جلد الطفل عند احتكاكه بها أو أن تغطي المخدة بالقماش المصنوع من القطن الناعم.

(د) عند غسل ملابس الأطفال يجب شطفها جيداً حتى يمكن التخلص من رواسب الصابون والمنظفات الأخرى، خاصة الملابس الداخلية والجوارب. إذ قد تذوب تلك الرواسب مع العرق وتؤدي أحياناً إلى الحساسية. ويتم التخلص من رواسب صابون الغسيل، وذلك بنقع الملابس بعد غسلها في الماء وتركها لمدة من الزمن، وممكن أن يضاف إلى الماء بعض نقط من عصير الليمون أو الخل الأبيض حيث تساعد تلك على ترسب مركبات الصابون. ومن ثم تشطف الملابس جيداً بالماء.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- الحذر من استعمال العطور خاصة المركز منها مباشرة على جلد الطفل، وترش هذه عند الضرورة على الملابس فقط.
- عدم استعمال المطهرات المختلفة إلا تحت إشراف الطبيب.
- **المدرسة:**

لا يمنع وجود مرض الحساسية من أن يباشر الطفل حياته العادية كأي طفل آخر، ويجب أن يبلغ ذلك إلى إدارة المدرسة بتقرير من الطبيب المعالج. وأن هذه الحساسية ليست معدية، ولا تؤثر على أقرانه، ويجب أن يعمل المدرس جهده على توفير جو طبيعي للطفل داخل الفصل حتى لا يؤثر ذلك على حالته وبالتالي قد تسبب له مضاعفات نفسية وعصبية.

ويجب الإشارة بأن الطباشير قد يؤثر على بعض أنواع الحساسية لهذا يجب على المدرس مراعاة ذلك بأن يُجلس الطفل بعيداً عن السابوره، وفي مكان جيد التهوية بعيداً عن التيارات الهوائية.

- عدم ترك الطفل بأن يزحف على السجاد، خاصة إذا كان عاري الساقين، إذ قد يسبب الصوف والنايلون المصنوع منه السجاد مضاعفات له.
- **الحشائش والزهور:**

بعض أنواع الحساسية تنشط في فصل الربيع، أو في أوقات انتشار حبوب اللقاح، أو من تأثير ملامسة الشجيرات، أو الثييل. لهذا يجب ملاحظة ذلك وإبعاد الطفل بقدر الإمكان عن تلك المؤثرات.

- **التوترات النفسية والعصبية:**

إن للعوامل النفسية والعصبية أثراً هاماً على أمراض الحساسية، فرغم ما قد يسببه الطفل من إجهاد وأرق للوالدين إلا أن عليهم التحلي بالصبر والاحتمال وسعة الصدر، حتى يستطيع الطفل العيش في جو هادئ بعيداً عن التوترات المستمرة. وأن يزرعوا في نفسه الثقة والطمأنينة، ولابد من تعاون الأسرة بأكملها خاصة أخوانه، وليس ذلك من باب الشفقة بل بالمحبة والإحترام المتبادل من الجميع حتى يكونوا عوناً له حتى يستطيع أن يتخطى تلك المحنة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **الإجازات:**

العطل الأسبوعية والإجازات السنوية وإن كانت ضرورية للأصحاء فكيف بالنسبة لمرضى الحساسية، فكثيراً من تلك الحالات تتحسن حتى بدون علاج أثناء الإجازة.

- **غرفة نوم الطفل:**

يجب أن تكون حسنة التهوية ودرجة حرارتها مناسبة (حوالي ٢٧ درجة مئوية). إذ أن الحرارة الزائدة أو البرودة الشديدة، قد تؤثر على مرض الحساسية. كما أن للرطوبة أثراً كذلك، ففي المناطق الصحراوية الجافة يفضل استعمال جهاز لترطيب الهواء خاصة إذا كان الطفل يشكو من جفاف بالجلد. ويمكن استعمال بخار الماء ليؤدي نفس الغرض.

كما يجب ملاحظة بأن نباتات الزينة التي تستعمل داخل المنازل خاصة المزهر منها قد تؤثر على حساسية الطفل.

- **الحيوانات الأليفة:**

قد يكون لها دور هام كذلك. إذ أن شعر القطط والكلاب وغيرهما قد يزيد من مضاعفات الحساسية وقد تكون سبباً لها. كما أن ريش عصافير الزينة قد يؤثر كذلك على مرض الحساسية.

- **الغبار:**

إن للغبار أثراً هاماً على أمراض الحساسية خاصة حساسية الجهاز التنفسي. ويجب ملاحظة ذلك جيداً في البيوت القديمة، إذ يجب رش الغرفة بالماء قبل كنسها حتى لا يتأثر الغبار. ويجب تنظيف زوايا الغرف جيداً حيث يترسب بها الغبار. وكذلك بعض أنواع طفيليات عث الغبار المترلي الذي له أثر هام جداً على حساسية الجهاز التنفسي. كما يفضل عدم تغطية أرضية الغرفة بالسجاد والموكيت. لأن ذلك يجمع الغبار ويصعب التخلص منه أحياناً، أولئك إلى الآثار المباشرة لمركبات السجاد على حساسية الطفل. لهذا يستحسن أن تغطى أرضية غرفة الطفل بمادة صلبة مثل الخشب أو الفنيل.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **مزيلات الروائح والبخاخات ضد الحشرات:**

يجب استعمالها بحذر شديد في المساكن وعدم رشها بالقرب من غرفة المصاب بمرض الحساسية وإذ كان ولابد من الرش فيجب تهوية الغرفة جيداً قبل دخول الطفل إليها.

- **الحكة:**

أهم أعراض مرض الحساسية هي الحكة التي قد تكون مضنية للطفل. وقد يسبب جروحاً لنفسه، إذ ينشب دائماً أظفاره بالجلد وتظهر آثار ذلك واضحاً. لهذا فمن المهم جداً المحاولة على تخفيف الحكة حتى تهيء الفرصة لالتأم الجلد.

لذلك يجب اتباع التعليمات الآتية:

(أ) مراجعة الطبيب المختص والإلتزام بتعليماته.

(ب) تقليم أظافر الطفل جيداً.

(جـ) استعمال كفوف قطنية للطفل، أو لف الأيدي بالقماش حتى لا يؤذي جلده عند الهرش، ويمكن استعمال ملابس خاصة مقفلة الأكمام ولا تسمح بظهور الأصابع.

(د) إيجاد جو هادئ للطفل بعيداً عن التوترات.

(هـ) التسلية:

محاولة تسلية الطفل. ولكل سن ما يناسبه من وسائل التسلية المختلفة، وذلك إما بالألعاب أو الرياضة أو المطالعة. فلابد من إشغاله بدلاً من أن يتسلى على جلده بالحكة المستمرة. فكلما زاد الطفل في هرش الجلد كلما شعر بالراحة وكلما سبب بذلك لنفسه كثيراً من الأذى.

- **تغذية الطفل:**

بعض أنواع الأطعمة والمشروبات قد تسبب حساسية الطفل. وبالتعاون مع الطبيب المعالج يمكن أحياناً تحديد تلك الأصناف وتجنبها بعد ذلك. ولكن يجب ملاحظة أن ليس كل نوع من الحساسية يُسببها الحليب والبيض والموز والسمك كما يعتقد البعض، إذ أن حجب هذه الأطعمة عن الأطفال قد تؤثر على نموه. ولكن إذا ثبت فعلاً بأن لها علاقة فلابد من الاستعانة بمواد غذائية أخرى ذات قيمة غذائية تعوض تلك الأصناف. كما أنه

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

لا يفضل إعطاء البرتقال ليأكله الطفل مباشرة ويجب عصره أو تقطيعه له إذ أن ملامسة قشر البرتقال أو ما يتساقط من العصير على الجلد قد يسبب حساسية موضعية حول الفم. ذلك النوع من الحساسية الذي يحدث نتيجة تكرار تعرض الجلد لمادة معينة وتسبب الحساسية. وسأبين هنا العوامل التي تؤدي إلى أمراض الحساسية الموضعية على فروة الرأس وكذلك بعض أنواع الحساسية الموضعية التي تنشأ نتيجة تكرار تعرض الجلد لمؤثر يسبب بعد ذلك حساسية على المنطقة التي تعرضت لذلك المؤثر. والمؤثرات التي تؤدي إلى ظهور الحساسية الموضعية كثيرة ومتنوعة.

- **أنواع الحساسية الموضعية :**

  - **حساسية فروة الرأس الموضعية :**

ماذا يقصد بحساسية فروة الرأس الموضعية؟

يقصد بذلك النوع من الحساسي التي تحدث نتيجة تكرار تعرض فروة الرأس لمؤثر معين يؤدي في النهاية إلى ظهور الحساسية على الفروة وبالتحديد على المنطقة التي لامسها ذلك المؤثر.

ما هي أنواع المركبات التي تسبب الحساسية الموضعية بفروة الرأس؟

إن تلك المركبات كثيرة ومتنوعة وأهمها:

الشامبو: هناك الأنواع المتعددة التي يصعب حصرها وتختلف في مكوناتها. إن نسبة كبيرة من الشامبوهات تحتوي على المواد الكيماوية والقلويات والعطور وغيرها وتسبب في بعض الأحيان حساسية موضعية على الفروة. وأود أن أشير هنا بأن كثيراً من تلك المواد التي تسبب الحساسية الموضعية لا يظهر أثرها إلا بعد الاستعمال المتكرر، فقد تمضي شهور

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

على استعمال مركب معين دون ظهور أي أعراض، وفجأة تقل مقاومة فـــروة الـــرأس ويتغلب ذلك المؤثر.

وتظهر الحساسية على شكل طفح جلدي واحمرار وبثور على سطح الفروة. لا تلبث هذه وأن تتسلخ باستعمال المشط أو الفرشاة وقد تغزوها الجراثيم وتسبب بذلك دمامل بفروة الرأس وأحيانا إلى تساقط الشعر.

كما أن عدم شطف الفروة جيداً بعد استعمال الشامبو حتى ولو كان من النوع المناســـب قد يؤدي ترسباته إلى إحداث الحكة بفروة الرأس.

كيف يمكن اختيار الشامبو المناسب؟

من المعلوم أن وسط سطح فروة الرأس حامضي نتيجة لإفرازات الغدد الدهنية. وان الشعر إما أن يكون من النوع الدهني أو العادي أو الجاف.

ولكل نوع من هذه الأنواع شامبو معين. كما أن الأطفال بحاجة إلى نوع من الـــشامبو المناسب خالياً من المركبات الكيماوية الضارة التي قد لا تحتملها فروة الرأس.

إن عدم استعمال الشامبو المناسب أولئك إلى تأثيره الضار، قد يكون سبباً رئيسياً في ظهور القشرة وبالتالي إلى تساقط الشعر بعد ذلك.

فالشعر الدهني مثلاً بحاجة إلى نوع من الشامبو الذي يخلص الفروة من القشرة والدهنيات التي تترسب عليه. يوجد في الأسواق العديد من هذه الأنواع التي تحوي علـــى مركبـــات مختلفة وتستعمل للشعر الدهني ومن هذه الأنواع.

شامبو بولي تار Polytar

شامبو زنكون Zincom

شامبو سيتافلون Cetavlon P.C.

ويجب الحرص عند استعمال بعض أنواع الشامبوهات التي تحوي مركبات الكبريـــت أو السالينيم سلفايد مثل شامبو (سلسن Selsun) وان كانت هذه ذات فائدة للتخلص من القشرة إلا أن الإسراف في استعمالها قد يؤدي إلى تساقط الشعر.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

☒ الشعر العادي:

بحاجة إلى شامبو بسيط ومتعادل القلوية بقدر الإمكان ومن الأنواع المتوفرة:

شامبو بروتين ٢١ متعادل القلوية Protein 21 Ph Balanced

شامبو هيد أند شولدرز متعادل القلوية Head @ Shoulders Ph Balanced

شامبو فريدرم متعادلة القلوية Freedom Ph Balanced

كما يتوفر أنواع من الشامبوهات الخالية من القلويات وتفيد في حالات الشعر العادي ومنها:

شامبو سيباميد Sebamed Shampoo

شامبو نوماس ميد Numis Med Shampoo

وهناك أنواع أخرى كثيرة من الشامبوهات تحوي مركبات الأعشاب والفواكه المختلفة وبعض هذه الأنواع بها نسبة كبيرة من المواد القلوية الضارة بالشعر والفروة. ويمكن استشارة الطبيب المعالج لتحديد نوع الشامبو المناسب.

☒ الشعر الجاف:

بحاجة إلى شامبو يرطب الشعر ويخلص الشعر من القشر التي تتواجد أحياناً مع الشعر الجاف ومن الأنواع المتوفر في الأسواق:

شامبو فريديرم مع الزنك بايريثيم Freedom with Zinc Pyrithium Shampoo

شامبو بروتين ٢١ للشعر الجاف Protein 21 for dry Hair

ويجب ملاحظة أن الشامبو الذي يناسب شخص معين قد لا يكون هو الشامبو المثالي للشخص الآخر، حتى ولو كان الشعر من نفس النوعية. كما أن ذوي البشرة الرقيقة والحساسة خاصة الأطفال بحاجة إلى نوع خفيف من الشامبو. والأنواع التي تم ذكرها سابقاً قد تناسب فئات معينة ولكن قد يحتاج صاحب الشعر الجاف مثلاً لأن يكرر أكثر من نوع من الشامبو حتى يستقر على نوع يناسبه.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

☒ مواد التجميل:

إن الكثير من المواد والتي تستعمل لتصفيف أو فرد الشعر أو الأصباغ المختلفة تسبب حساسية موضعية بفروة الرأس.

كما يجب عدم استعمال العطور على الشعر أو الفروة، إذ أن هذه قد تؤدي إلى فقدان لمعان الشعر والى تكسره خاصة إذا كان بها نسبة عالية من الكحول أو الكيماويات.

كما أن استعمال الشعر المستعار (الباروكة) يؤثر على الفروة ويؤدي أحياناً إلى حساسية موضعية أو إلى تساقط الشعر خاصة إذا استعملت لمدة طويلة ومتكررة.

☒ الحساسية الموضعية من مواد التجميل :

تسبب بعض أنواع مواد التجميل الحساسية الموضعية على المنطقة التي تعرضت لتلك المواد وأهم هذه ما يلي:

١ – صبغات الشفاه:

يحتوي أحمر الشفاه وبعض الأنواع الأخرى على مواد شمعية ودهنية وأحياناً على زبدة الكاكاو والعطور أولئك إلى المادة الملونة والمختلفة الألوان. قد تؤدي هذه الأنواع إلى الجفاف والحساسية ولهذا أنتجت بيوت التجميل بعض الأصناف من صبغات الشفاه التي لا تسبب غالباً الحساسية ومن هذه:

حساسية مواد التجميل

حساسية مواد التجميل

(الشكل العدي ونقص تصبغ)

التهاب جلد تماسي فقاعي

اكزيما تماسي الشفوي

التهاب جلد بمواد التجميل

حساسية العطور (Berloque)

منتجات كلنك Clinique

أحمر الشفاه نوع ألماي Almay

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أو نوع آر -إيكس Ar-Ex

٢- طلاء الأظافر:

قد تنتج حساسية موضعية نتيجة بعض الأنواع من طلاء الأظافر وذلك على الجلد المحيط بالظفر، كما أن مزيلات الطلاء قد تؤثر كذلك على الجلد وأحيانا على جفون العين. كما أن مثبتات الطلاء خاصة التي تحوي مركبات الفورمالدهايد لها أثر هام على تحسس الجلد.

٣- الرموش الصناعية:

تحدث الحساسية على الجفون إما بسبب المواد التي تدخل في تصنيع الرموش أو من الصمغ الذي يستعمل في تثبيت الرموش. فإذا كان هناك إصرار على استعمال الرموش الصناعية فيمكن استعمال صمغ من إنتاج شركة (Johnson @ Johnson) ويسمى صمغ "Duosurgical".

٤- معاجين وفراشي الأسنان:

بعض الأنواع من معاجين الأسنان تسبب الحساسية بالفم، أو على الجلد الخارجي خاصة تلك التي تحوي على الزيوت أو القرفة أو المواد المعطرة أو المطهرات أو من المادة الملوثة للمعجون.

كما أن فراشي الأسنان خاصة المصنوعة من النايلون قد تكون سبباً للحساسية الموضعية لبعض من يستعملها. لهذا فإن استعمال المسواك له فائدة كبيرة خاصة بين تلك الفئات، إذ يجنب الكثير من مشاكل المعاجين وفراشي الأسنان.

٥- العطور:

بأنواعها المختلفة خاصة تلك التي تستعمل بعد الحلاقة أو الأنواع ذات التركيز القوي أو التي تحوي على بعض المركبات الكيماوية، قد تسبب الحساسية على المنطقة التي تلامس

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

العطور. كما أن الكحول يلعب دوراً هاماً في تهيج الجلد خاصة بين ذوي البشرة الحساسة ويؤدي إلى احمرار وحكة وجفاف بالجلد.

٦- الكريمات:

هناك العديد من أنواع الكريمات المختلفة. إن كثيراً من هذه الكريمات التي تستعمل للتجميل منها ما تسمى بالكريمات المغذية للبشرة أو المزيلة للتجاعيد أو المزيلة للنمش وحبوب الشباب وغيرها.

فبالإضافة إلى أسعارها المبالغ بها جداً فإنها قد لا تؤدي إلى أي فائدة، بل بالعكس فبالإضافة إلى إضاعة الجهد والمال فإن كثيراً منها يسبب مضاعفات للجلد منها الحساسية الموضعية. ويجب الحذر من أنواع الكريمات التي تحوي مواد مثيرة للجلد مثل مركبات اللوز أو المواد الكيماوية.

٧- الصابون:

الأنواع العادية من الصابون تحتوي على مواد قلوية تساعد على تنظيف الجلد من الشوائب والإفرازات. ويجب عدم المبالغة في استعمال الصابون خاصة صابون غسيل الملابس، إذ أن غسل الجلد المتكرر يؤدي إلى جفاف البشرة. وذلك لأن المواد القلوية المركزة بالصابون تعمل على سحب الماء من تحت سطح الجلد، ويظهر مضاعفات ذلك واضحاً في المناطق الصحراوية الجافة حيث يهيء جفاف الجلد إلى ظهور الحساسية وقد يتبعها تشقق بالأيدي والأقدام.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

☒ الحساسية الموضعية بالأطفال :

ما المقصود بالحساسية الموضعية؟

هي تلك الحساسية التي تحدث نتيجة تكرار تعرض جلد الطفل لمؤثر خارجي يؤدي إلى ظهور الحساسية الجلدية على المنطقة التي تعرضت لذلك المؤثر. ونظراً لكثرة انتشار مثل هذا النوع من الحساسية، فإنني أود أن أذكرها هنا بنوع من التفصيل وذلك لأهميتها.

ما هي المركبات التي تسبب الحساسية الموضعية في الأطفال؟

المركبات كثيرة ومتنوعة وأهمها:

- الحفائظ.
- العطور ومواد التجميل.
- الصابون.
- الملابس والأغطية الصوفية – النايلون.
- الحلي مثل الذهب والكروم.

وسأركز هنا على الحساسية الموضعية التي تنشأ نتيجة استعمال الحفائظ أما باقي أنواع الحساسية فسيرد ذكر بعضها لاحقاً.

☒ حساسية الحفائظ :

تتعرض منطقة الفخذين في الأطفال للعديد من المؤثرات الخارجية التي تؤدي إلى إصابتها بأنواع مختلفة من الحساسية. إذ تلعب الحفائظ دوراً هاماً في ذلك فبالإضافة إلى تعرض تلك المنطقة إلى البلل المستمر نتيجة العرق وإفرازات الطفل المختلفة. وقد يتحلل البول خاصة إذا ترك الطفل مبللاً لمدة طويلة دون تغيير الحفائظ، ونتيجة لذلك التحلل تخرج مركبات الأمونيا التي تؤثر على الجلد بدرجة كبيرة وتسبب الكثير من المضاعفات. تكون منطقة الفخذين بذلك بيئة جيدة لنمو الجراثيم والفطريات وقد يحدث بها تسلخات فتؤثر بدرجة كبيرة على الطفل الذي يصبح دائم البكاء خاصة عند التبول.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ونتيجة لتكرار وضع الحفائظ وعدم العناية بنظافة الطفل، وسوء المعالجة فإن الحساسية قد تنتشر إلى مناطق أخرى وتستمر لمدة أطول أو قد تعاوده بين الحين والآخر.

ما هي المؤثرات التي تسبب الحساسية بمنطقة الفخذين في الأطفال؟

تؤثر عوامل كثيرة على ظهور الحساسية بمنطقة الفخذين وأهمها:

- **التهاب جلد حفاظي**

١- الحفائظ:

تعتبر الحفائظ أهم العوامل التي تؤدي إلى الحساسية الموضعية بالأطفال وذلك إما من تأثيرها المباشر، خاصة تلك الأنواع التي تستعمل لمرة واحدة وتستبدل وتكون مغطاة بالنايلون، حيث تسبب تلك المادة حساسية موضعية للطفل. إذ يظهر احمرار بالجلد أسفل المنطقة المغطاة بالحفائظ. كما أن أنواع الحفائظ المصنوعة من القماش والتي كانت تستعمل في السابق، وإن كانت ذات أثر أخف كثيراً من النوع الأول، إلا أنها قد تسبب أحياناً الحساسية، ليس من تأثير القماش في الغالب، بل من تأثير بقايا الصابون خاصة إذا لم تشطف جيداً بعد غسلها.

٢- إفرازات الطفل:

إن للبول والبراز والعرق أثراً مهماً خاصة إذا ترك الطفل مبللاً لمدة طويلة و لم تستبدل الحفائظ.

٣- النظافة:

كما أن عدم العناية بنظافة منطقة الفخذين له أثر هام على ظهور الحساسية، فإن الإسراف في النظافة قد يكون له أثر ضار كذلك، خاصة وإن جلد الأطفال يكون حساساً بدرجة كبيرة، فالفرك الزائد وكثرة استعمال الصابون أو الليفة قد يؤدي إلى جفاف بالجلد وبالتالي يهيء ذلك لحدوث الحساسية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما أنه يجب عدم استعمال مناديل الورق الخشنة أو تلك التي تحوي على المطهـــرات أو العطور لتنشيف المنطقة إذ قد تسبب هذه مزيداً من المضاعفات.

فلا يلزم لتنظيف تلك المنطقة إلا الماء والصابون الخاص بالأطفال، وتنشف بعـــد ذلـــك بفوطة قطنية ناعمة.

٤- بودرة الأطفال:

تساعد بودرة الأطفال في الأحوال العادية على بقاء المنطقة جافة من العرق، ويجب مراعاة أن تكون البودرة ناعمة جداً، وخالية من أي بلورات، إذا إن وجودها يؤدي إلى تخـــريش الجلد.

أما إذا كان الجلد متسلخاً فمن الأفضل عدم استعمال أي نوع من البودرة خاصة بـــودرة البنسلين والسلفا.

٥- المطهرات والعطور:

إن للمطهرات المختلفة وكذلك العطور قد تؤذي جلد الطفل، وإذ كـــان ولابـــد مـــن استعمال العطور فيمكن استعمال الأنواع الخاصة بالأطفال فقط ورشها علـــى الملابـــس وليس على الجلد.

٦- المراهم:

يجب عدم استعمال المراهم عشوائياً في العلاج إذ أن بعضها قد يزيـــد مـــن مـــضاعفات الحساسية ويؤثر بدرجة كبيرة على صحة الطفل.

فمركبات الكورتيزون الموضعية، يجب أن تستعمل بحذر شديد ولمدة قصيرة وتحت إشراف الطبيب وذلك للأسباب التالية:

(أ) قد تؤدي مركبات الكورتيزون الموضعية خاصة المركز منها إلى مزيد من التـــسلخات بالجلد.

(ب) تؤخر عملية التآم سطح الجلد المتسلخ.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

(جـــ) تساعد على زيادة الالتهابات وانتشارها.

(د) من المضاعفات الخطيرة لمركبات الكورتيزون: أنها قد تمتص من سطح الجلد، وتـــصل إلى الدورة الدموية وتؤدي إلى آثار جانبية ضارة قد تهدد حياة الطفل، إذ من الممكـــن أن تسبب هبوط بوظائف الغدد الفوق كلوية.

☒ كيف تتصرف الأم عند إصابة طفلها بالحساسية من الحفائظ؟

إن حساسية الحفائظ مشكلة يعاني منها الأطفال نتيجة المؤثرات المختلفة التي يتعرض لهـــا الجلد بتلك المنطقة ولا بد أن تكون الأم على اطلاع واسع وعلـــى اســـتعداد للتـــصرف لمواجهة هذا الأمر الذي لابد أن يتعرض له كل طفل أثناء مرحلة الحضانة فكلما أحسنت رعاية طفلها وحافظت على نظافة جسمه كلما أغناها ذلك عن الكثير من المتاعب.

والطريقة المثلى في التعامل مع حساسية الحفائظ هي إزالة المسبب. ولكن كيف يتم ذلك؟

بطريقة سهلة: هو أن تمنع ملامسة الحفائظ لجلد الطفل الملتهب وذلك بواسطة اســـتعمال عازل بين سطح الجلد والحفائظ. ويتم ذلك باستعمال نوع من الشاش المعقم أو شـــاش نظيف بعد دهن جلد الطفل بقليل من زيت الزيتون حتى يمنع التصاق الـــشاش إذا كـــان الجلد متسلخاً.

ويوجد أنواع من الشاش الجاهز به بعض المركبات التي تفي بهذا الغرض وبهذه الطريقـــة استطعنا أن نكسر الحلقة الأساسية التي تسبب مرض الحساسية من الحفائظ كما أن وجود مثل هذا الشاش العازل على جلد الطفل يعطيه الفرصة لأن يعيد الجلد حيويته ومقاومتـــه، ويحافظ كذلك على الأنسجة الحديثة للتكوين، وبالتالي يعينه على التخلص من الالتهابات والحساسية معاً.

ملاحظة:

يلجأ البعض أحياناً إلى استعمال الدواء الأزرق (مركبات الجنشيانا) لعـــلاج الالتـــهابات بمنطقة الفخذين. وإذ كان ولابد من استعمال ذلك فيجب أن يكون مخففاً جداً لأنه قـــد يؤدي إلى مزيد من التسلخات والمضاعفات للطفل.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ونظرا لتوفر علاجات أخرى أكثر فعالية فإنني أفضل بعدم استعمال الدواء الأزرق للأسباب التالية:

(أ) يلون الجلد ويرهق الأم من تنظيف الجلد والملابس معاً.

(أ) يؤدي إلى مزيد من التسلخات والمضاعفات.

ما هي طرق الوقاية من حساسية الحفائظ؟

هناك بعض الإرشادات التي يجب أن تراعيها الأمهات للمحافظة على جلد الطفل، خاصة منطقة الفخذين، ولو راعت تلك النصائح فإنه سيوفر عليها وعلى وليدها الكثير من المتاعب وأهم هذه المتاعب ما يلي:

١- يجب أن يترك الطفل بدون حفائظ لفترة من الوقت ولو لمدة ساعتين يومياً خاصة في الصباح وأن يعرض جلده لأشعة الشمس داخل الغرفة ومن فوائد ذلك ما يلي:

(أ) يساعد على حفظ المنطقة جافة من الإفرازات.

(ب) يشعر الطفل بالراحة والاسترخاء بعد أن يتخلص من ذلك القيد. وتلاحظ الأم مدى سعادة الطفل وتغريده أثناء هذه الفترة.

(جـ) يستفيد الطفل من أشعة الشمس، وذلك بتحويل فيتامين د الخامل تحت سطح الجلد إلى فيتامين د النشط تمتصه الدورة الدموية، ويساعد بذلك على نمو جسم الطفل.

٢- تغيير الحفائظ باستمرار:

إن رعاية الأم لطفلها أمانة وواجب تؤديه. كما أنه يحتاج إلى كثير من التفهم والصبر والرعاية والإتقان.

فقد تركز بعض الأمهات على طرق التفنن في ملء معدة الطفل معتقدة بأن ذلك هو واجبها الأساسي. إن التغذية ولا شك ضرورية ولكن لا بد كذلك من الاهتمام بأمور الرعاية الأخرى التي لا تقل أهمية ومنها مساعدته على التخلص من تلك المواد بطريقة صحيحة التي تحافظ على أعضائه وخاصة تلك التي تكون عرضة للتأثر بالإفرازات. لذلك يجب أن تلاحظ طفلها جيداً وأن تغير له الحفائظ عند ابتلالها، وغسل المنطقة برفق بالماء

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وصابون الأطفال، والتنشيف بفوطة قطنية ناعمة، ثم رش قليل من البودرة قبل وضع الحفاظة الجديدة.

٣- ملاحظة جلد الطفل:

فإذا كان الجلد جافاً فقد يظهر عليه بعض القشب والإحمرار البسيط والتشققات السطحية الخفيفة، ففي هذه الحالة يجب عدم استعمال البودرة لأنها قد تؤدي إلى مزيد من جفاف الجلد بل يمسح الجلد برفق بزيت الزيتون أو زيت الخروع لأن ذلك يحافظ على رطوبة الجلد ويقلل من فقدان الماء منه. كذلك يجب الحذر من استعمال المطهرات والعطور مباشرة

- **حساسية ربة المنزل :**

تعاني كثير من السيدات من الحساسية بالأيدي التي قد تؤثر بدرجة كبيرة على أعمالها المنزلية وقد تعطلها عن القيام بخدمة أسرتها.

إن كثيراً من العوامل تؤدي إلى ظهور الحساسية الموضعية هذه وأهمها مركبات الصابون وكفوف البلاستيك. ونتيجة لذلك يظهر احمرار مع حكة شديدة بالأيدي خاصة أثناء الليل وقد يتبع ذلك ظهور بثور وفقاقيع على الجلد، لا تلبث وأن تنفجر ويخرج منها سائل أصفر وقد يزيد من المضاعفات غزو الجراثيم لها فتؤدي إلى الحساسية الملتهبة التي تسبب الكثير من الآلام النفسية والعضوية للمصابة.

وقد يزداد الأمر سوءاً من لبس الكفوف البلاستيكية، حيث تعتقد بأن ذلك يحمي الأيدي من تأثير الصابون والمواد الأخرى ولكن يكون الحال "كالمستجير من الرمضاء بالنار". فكفوف البلاستيك نفسها تثير الحساسية وقد تكون سبباً لها كذلك. هذا أولئك إلى أنها تجمع العرق وتمنع من تهوية الأيدي، وكل ذلك يزيد من تعقيد الأمور.

وفي كثير من الحالات تصاب الأيدي بالجفاف ويتشقق الجلد وقد تتزف تلك الشقوق وتسبب حكة وآلاماً مضنية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إن حساسية الأيدي من مركبات الصابون أو المواد الأخرى تحتاج إلى الصبر والالتزام الكامل بإرشادات الطبيب.

كيف يمكن التعامل مع الحساسية الموضعية بالأيدي؟

إن أهم خطوة في العلاج هو وقاية الأيدي من ملامسة المواد التي تسبب لها الحساسية. ولكن كيف يتم ذلك؟

إذا تيسر معين لها يريحها من الأعمال المنزلية فإن ذلك يساعد كثيراً في سرعة شفاء الحساسية.

أما إذا كانت الظروف لا تساعد على وجود من يساعدها فيمكنها أن تباشر أعمالها المنزلية مع الالتزام بالتعليمات الآتية:

١- عدم لبس كفوف البلاستيك مباشرة على الأيدي. إذ يمكنها التخلص من مضاعفات ذلك بأن تلبس كفوف قطنية ناعمة تحت الكفوف البلاستيك، وأن تباشر أعمالها المنزلية المعتادة، ويجب الإشارة هنا بأن الكفوف البلاستيكية المبطنة قد لا تفيد ويكون لها أثر على إثارة الحساسية، كما يجب نزع الكفوف من الأيدي بين فترة وأخرى حتى تعطي الفرصة لجفاف الجلد من العرق.

٢- الاعتدال في غسل الأيدي. إذ أن الإسراف في ذلك يؤدي إلى جفاف الجلد وبالتالي إلى تشققه. وعليها أن تنشف الأيدي مباشرة بعد غسلها وعدم ترك الماء ليجف عليهما.

٣- دهن الأيدي بالكريمات المرطبة خاصة بعد الانتهاء من العمل وقبل النوم.

٤- عدم ملامسة الكولونيا والعطور خاصة المركز منها.

٥- عدم تقشير البرتقال أو عصر الليمون مباشرة.

٦- عدم ملامسة البصل والثوم والفلفل والبندورة والبطاطس والباذنجان الأسود إذ أن هذه قد تزيد من مضاعفات الحساسية.

٧- صابون البودرة خاصة وكذلك مواد التنظيف والمطهرات من الأسباب الرئيسية لحدوث الحساسية لهذا يجب عدم ملامسة هذه المواد للجلد. وأود أن أشير هنا بأنه لا

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يمكن التخلص من الحساسية الموضعية مهما تناولت من علاجات، أو وضعت مراهم للحساسية على الجلد، إذا لم تمتنع عن التعرض للمؤثر وعدم ملامسة تلك المواد للجلد.

الحساسية الموضعية من الملابس:

تسبب بعض أنواع الملابس خاصة الصوفية والحريرية أو المصنوعة من النايلون، الحساسية أحياناً، إما أن يكون سبب الحساسية من القماش نفسه أو المواد التي تستعمل أثناء تصنيع الملابس خاصة المواد الملونة.

وكما ذكرت سابقاً بأن رواسب الصابون التي تعلق بالملابس بعد الغسيل قد تسبب الحساسية لذا يجب شطفها جيداً. فقد يعاني البعض من ذلك النوع من الحساسية نتيجة بقايا رواسب الصابون خاصة على الملابس الداخلية والجوارب دون معرفة السبب. ورغم تناول العلاجات إلا أن الحساسية تلازمهم، لهذا يجب الانتباه لهذه الملاحظة التي قد توفر عليهم الكثير من الجهد والمال.

- **الحساسية الموضعية من الأحذية والجوارب:**

تظهر الحساسية نتيجة ملامسة الأحذية الجلدية أو الشباشب المختلفة لسطح الجلد. ويكون السبب إما من تأثير المواد الجلدية أو البلاستيكية أو المركبات التي استعملت أثناء التصنيع خاصة بعض المواد التي تستعمل في دباغة الجلود مثل مادة الفورمالين.

ومن صفات الحساسية تلك أنها تظهر على سطح المكان المغطى بالحذاء أو الشبب وتكون محددة المعالم. كما إن الجوارب المصنوعة من الصوف أو النايلون أو الحرير قد تسبب الحساسية كذلك، لذا يجب استعمال الأنواع القطنية في حالة ظهور تلك الحساسية.

والوقاية من الحساسية الموضعية الناتجة عن الأحذية أو الجوارب هو الامتناع عن ملامسة الجلد للمادة المسببة للحساسية. إذ أن ذلك شرط أساسي للتخلص منها وبدونه لا فائدة ترجى من العلاج.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **مزيلات الشعر:**

سواءً الكريمات المختلفة أو الحلاوة التي تصنع من الليمون والسكر قد يكون لها أثر كذلك، وتسبب الحساسية الموضعية. وأفضل طريقة لإزالة الشعر في تلك الحالات هو استعمال الحلاقة لشعر الأطراف. ويجب أن تطمئن السيدة لذلك وأن تصحح المفاهيم: التي تعتقد بأن الحلاقة تزيد من غزارة الشعر إذ قد تؤدي هذه إلى زيادة في سماكة الشعر فقط.

- **مزيلات روائح العرق:**

تحتوي الكثير من هذه المركبات على مواد تسبب تحسس بالجلد، لاحتوائها على مركبات مؤثرة مثل: العطور والنيومايسين والزيركونيوم والفورما لدهايد. كما أن بعضها يحتوي على مركبات الهكساكلوروفين وأملاح الألمنيوم التي قد تسبب الحساسية الموضعية.

حساسية مزيلات البقع الداكنة من الجلد:

وتستعمل هذه في علاج النمش أو الكلف الذي يتبع الحمل أو البقع الداكنة نتيجة مؤثرات أخرى. تسبب هذه حساسية بالجلد أحياناً لاحتوائها على مركبات الهايدروكينون والزئبق.

- **حساسية أصباغ الشعر:**

خاصة الأصباغ المؤكسدة التي تحتوي على مركبات البارافينلين دايمين والأمونيا التي تلون الشعر. كما إن مادة البابروجالول الموجودة في الأصباغ الصناعية قد تسبب الحساسية كذلك.

- **حساسية الحلي والمعادن:**

تسبب الحلي المصنوعة من الذهب أو البلاتين أو الفضة الحساسية أحياناً إما من تأثير تلك المعادن أو من المواد التي تخلط معها خاصة الكروم والنيكل.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **حساسية الأسمنت:**

يحدث هذا النوع بين عمال البناء. وتظهر الحساسية على الأيدي والأقدام، وقد تنتشر على مناطق أخرى من الجسم. وتؤدي هذه إلى عدم مقدرة العامل مزاولة أعماله. إذ تلتهب الأيدي والأرجل، ويشكو من حكة شديدة وقد تتشقق الأيدي والأرجل وتسبب له آلاما مبرحة.

سبب الحساسية التي تحدث من الأسمنت هو وجود مركبات الكروم. ويجب ملاحظة أن كفوف أو أحذية البلاستيك التي تستعمل من قبل عمال البناء، قد تزيد الأمر سوءً. ويجب الامتناع عن استعمالها واستبدالها بكفوف وجوارب قطنية طويلة ويمكن لبس الكفوف والأحذية البلاستيكية فوقها. حساسية مركبات الديزل والبترين والقار:

من المواد الهامة التي تسبب الحساسية بين فئات العمال الذين يتعرضون لأثر تلك المواد.

- **حساسية الدهانات:**

بأنواعها المختلفة يمكن أن تكون سبباً للحساسية كما أن مذيبات الدهانات مثل التنر وغيرها عامل مهم كذلك.

- **حساسية مركبات الزئبق:**

تستعمل هذه المركبات في حفظ المواد أو في المختبرات ويصنع منها أحياناً مراهم لمنع الحمل وقد تسبب هذه الحساسية الموضعية.

- **الحساسية المهنية :**

يقصد بهذا النوع من الحساسية التي تصيب فئات العمال والمهنيين نتيجة لتعرضهم إلى بعض المواد أثناء أدائهم لأعمالهم. وهذا النوع من الحساسية هي الحساسية الموضعية وقد جرى شرحها سابقاً ولكن سأذكر هنا بعض المركبات التي تسبب الحساسية لبعض ذوي الحرف التالية:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

١- المزارعون:

قد تسبب المواد التالية الحساسية لدى المزارعين وأهمها:

الحشائش والأشجار والزهور.

المبيدات الحشرية.

الأسمدة والكيماويات.

٢- عمال البناء:

الأسمنت والجبس والجير.

٣- عمال الدهان:

البويات المختلفة والمذيبات مثل التنر.

٤-الطباخون والخدم:

الصابون خاصة صابون الغسيل - المنظفات والمطهرات.

كفوف البلاستيك.

الخضار مثل الطماطم، البطاطس، الباذنجان الأسود.

٥- الخبازون:

الدقيق، زيت بذرة القطن، القرفة

.

٦- السائقون والعمال الذين يعملون في مشتقات البترول:

الديزل، البترين، القار، الزيوت، النيكل ومركبات الداي كروميت.

٧- عمال الغابات:

الأشجار السامة، المركبات التي تحوي الخارصين والحديد والخشب.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

٨- عمال الدهان:

مركبات التربنتينا، مزيلات الدهان، زيت بذرة الكتان، الدهانات المختلفة، مشتقات البترين، المطهرات.

٩- أطباء الأسنان:

الصابون والمطهرات، مركبات التخدير الموضعية خاصة تلك الأنواع التي تنتهي أسماؤها بالحروف Caine وتسمى مجموعات الكايين مثل البتروكايين، الزيوت، الفورمالدهايد، كفوف البلاستيك.

١٠-الجراحون:

الصابون والمطهرات، كفوف البلاستيك، بودرة الكفوف الجراحية، مركبات الأيودين، المخدرات الموضعية، مركبات الفورمالدهايد.

١١-الممرضات:

المضادات الحيوية، مركبات البنسلين، الستربتومايسين، النيومايسين، الكودايين، فورمالدهايد، مركبات الهكسا كلوروفين، البلاستر، الكفوف البلاستيكية، الكحول، الصابون.

١٢-الصيادلة والكيماويون:

العقاقير المختلفة مثل المضادات الحيوية، المطهرات، المنظفات، العطور، الكيماويات المختلفة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

١٣-المصورون:

مثل مواد: الميثول، البايروجالول، الداي كروميت، صوديوم هايدروكسيد، السالينيم وبعض المواد التي تستعمل لتحميض الأفلام.

١٤-عمال الطباعة:

الحبر، الخارصين (مادة تصنع منها حروف المطابع)، الداي كروميت، النيكل، ورق الكربون.

١٥-صناعة الصابون:

القلويات، العطور.

١٦-تلميع المعادن:

حامض الاوكزاليك، زيت الترابنتينا، الداي كروميت.

١٧-الحلاقون:

مركبات الكينين والكبريت، الخارصين والنيكل، العطور، الشامبوهات، مثبتات الشعر والأصباغ المختلفة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com