



مرکز آموزشی درمانی شفا

عنوان سند: آموزش به بیمار

لوپوس اریتماتوز سیستمیک (SLE)

کد سند: NO-BK-۲۵۷



تهیه کننده:

زهرا بلوچ مهدی آبادی

زهرا سرحدی

تنظیم کننده: فرحناز نریمیا

سوپروایزر آموزش سلامت

۲) استراحت کافی چون بیشتر بیماران دچار خستگی مداوم هستند .

۳) اجتناب از نور خورشید چون نور خورشید محرک این بیماری است و با پوشیدن لباس های محافظ و یا استفاده از کرم های ضد آفتاب با حداقل SPF ۵۵.

۴) ورزش منظم چون ورزش می تواند از بدتر شدن علائم ابتلا به مشکلات قلبی و افسردگی جلوگیری کند .

۵) رژیم غذایی سالم شامل میوه ، سبزیجات ، غلات و حبوبات است . گاهی بدلیل اختلالاتی که همراه این بیماری بوجود می آید ممکن است محدودیت هایی در رژیم در نظر گرفته شود.

منابع: کتاب داخلی و جراحی

پرستاری، برونروسودارث ۲۰۱۸

آیا این بیماری قابل درمان است ؟

معمولا هنگامی که بیماری تشخیص داده می شود در مرحله بسیار فعالی قرار دارد و نیاز به استفاده از مقدار زیادی دارو است اما پس از مدتی بیماری رو به مرحله خاموشی می رود و نیاز به داروهای مصرفی بسیار کاهش می یابد .

عواملی که می توانند باعث بدخیم تر شدن بیماری شوند عبارتند از:

- ✓ کار زیاد یا عدم استراحت کافی
- ✓ شرایط بحرانی روحی یا استرس
- ✓ عفونت
- ✓ تماس با نور خورشید
- ✓ بارداری و یا دوره پس از زایمان
- ✓ قطع ناگهانی داروهای لوپوس

مراقبت های لازم در این بیماران عبارتند از:

۱) مراجعه ی مرتب به پزشک

مددجوی عزیز

پمفلت حاضر شامل مطالب آموزشی در مورد بیماری کنونی شما میباشد. امیدواریم با مطالعه و رعایت آن سلامت خود را بازیابید.

لوپوس اریتماتوز سیستمیک

یک بیماری خود ایمنی مزمن است که می تواند ارگان های متعددی بخصوص پوست، مفاصل، خون، کلیه ها و سیستم عصبی مرکزی را در بدن درگیر می کند.

مزمن بودن این بیماری به معنی ادامه یافتن آن برای مدت های طولانی است و منظور از خود ایمنی یعنی اینکه سیستم ایمنی بدن بجای محافظت از بدن در مقابل ویروس و میکروب به بافت های خود حمله می کند.

علت بروز بیماری

هنوز علت دقیقی برای این بیماری شناخته نشده است.

ویرایش: دوم تاریخ: ۱۴۰۰/۱/۲۰ صفحه: ۲ از ۶

لوپوس قابل پیشگیری نیست اما با این وجود بیماران باید از قرار گرفتن در معرض عوامل برانگیزاننده و بیماری (مانند نور خورشید بدون استفاده از محافظت کننده از آفتاب، بعضی عفونت های ویروسی، برخی داروها و...) خودداری کنند. این بیماری ارثی نیست اما به نظر می رسد که عوامل خطر ژنتیکی به همراه برخی از عوامل محیطی تصادفی موجب برانگیخته شدن پاسخ ایمنی غیرطبیعی می شود. لوپوس بیماری مسری نیست بلکه بیماری خودایمنی است که در آن سیستم ایمنی بدن توانایی شناخت عوامل خارجی و سلولهای خودی بدن را از دست می دهد و نتیجتاً التهاب بوجود می آید به همین دلیل هدف درمان در لوپوس کم کردن التهاب است.

علائم بیماری

این بیماری می تواند پوست، مفاصل، مخاط، کلیه، رگ های خونی، قلب، ریه و... را تحت تاثیر قرار

ویرایش: دوم تاریخ: ۱۴۰۰/۱/۲۰ صفحه: ۳ از ۶

بدهد و علائم و نشانه ها در افراد متفاوت است.

نمونه ای از علائم و نشانه ها

- راش و بثورات پروانه ای شکل بر روی صورت
- آرتریت (الهاب مفاصل)
- تب، کاهش وزن، ریزش مو
- بیماری کلیوی
- راش پوستی (قرمزی) در مناطق در معرض نور خورشید



- زخم های داخل دهان یا بینی گردش خون ضعیف در انگشتان دست و پا (بیماری رینود).

ویرایش: دوم تاریخ: ۱۴۰۰/۱/۲۰ صفحه: ۴ از ۶