



## کهیر

کهیر یک بیماری پوستی به نسبت شایع است به طوری که ۱۰ تا ۲۰ درصد مردم حداقل یک بار در طی زندگی خود دچار آن می‌شوند.

### علائم کهیر:

کهیر به صورت تورم و برجستگی های پوستی صورتی تا قرمز رنگ، خارش دار و گاهی سوزش دار بروز می‌کند که در هر ناحیه از بدن می‌تواند ایجاد شود. ضایعات کهیر معمولاً گذرا بوده و طی مدت کوتاهی و بدون برجا گذاشتن اثری ناپدید می‌شوند ولی با پاک شدن ضایعات قبلی، ضایعات جدید ممکن است در محل دیگر ایجاد شوند.



درگیری نواحی اطراف چشم ها و لب و دهان و دستگاه تناسلی ممکن است باعث ایجاد ورم شدید و ظاهری نگران کننده گردند که با درمان مناسب معمولاً به راحتی برطرف می‌شوند.

### علت کهیر:

کهیر معمولاً ناشی از واکنش های حساسیتی (آلرژیک) می‌باشد ولی می‌تواند علل دیگری نیز داشته باشد.

کهیرهایی که کمتر از ۶ هفته طول می‌کشند (کهیرهای حاد) معمولاً ناشی از یک عامل آلرژیک هستند و لذا در اکثر موارد با تعیین علت این نوع کهیر و رفع عامل آن، کهیر بهبود می‌یابد. اما کهیرهایی که بیش از ۶ هفته بطول می‌انجامند (کهیرهای مزمن) معمولاً علت نامشخص دارند و ممکن است به علل دیگری غیر از آلرژی ایجاد شده و نیازمند انجام آزمایشات تشخیصی باشند.

### برخی عوامل ایجاد یا تشدید کننده کهیر:

- غذاهایی مانند تخم مرغ، غذاهای دریایی و ماهی، دانه ها و آجیل ها (بویژه بادام زمینی)، برخی میوه ها و سبزیجات (همچون کیوی، هلو، توت فرنگی، گوجه فرنگی، انگور، بادمجان، اسفناج، موز، آناناس، انجیر، پیاز، سیر)، شکلات، شیر و لبنیات، ادویه جات، رنگ ها و افزودنی‌های غذایی و غذاهای حاوی مواد نگهدارنده (کنسرو، سوسیس و کالباس، ...)



- عفونت ها: بویژه عفونت های دستگاه تنفسی فوقانی
- داروها: تقریباً هر نوع دارویی می تواند ایجاد کهیر نماید مانند آنتی بیوتیک ها (پنی سیلین، سولفونامیدها، ...)، مسکن ها (آسپرین، کدئین، مرفین، ایندومتاسین، ...)، داروهای ضد تشنج و ضد دیابت، آرامبخش ها، ویتامین ها، ملین ها، داروهای گیاهی و سنتی
- گزش و نیش حشرات
- گرد و خاک و گرده گل و گیاهان
- پرز و پر و موی حیوانات
- مواجهه با مواد شیمیایی و استعمال رنگ مو
- کهیرهای فیزیکی ناشی از مواجهه با عوامل محیطی مثل گرما، سرما، فشارهای موضعی، تعریق، تماس با آب و نور خورشید؛ که معمولاً در این حالت بیماران خود متوجه عامل ایجادکننده می شوند.
- برخی بیماری های داخلی مانند بیماری تیروئید و دیابت (بیماری قند)
- استرس ها و هیجانات روحی

## درمان کهیر:

بیمار گرمای توصیه های زیر را جهت کاهش بروز حملات

کهیر، جدی بگیرید:

- پرهیز از مصرف هرگونه مواد غذایی کهیرزا، غذاهای چرب، الکل، تنباکو، غذاهای حاوی رنگ ها و افزودنی های خوراکی و مواد نگهدارنده



- قطع مصرف خودسرانه هرگونه داروی غیرضروری مثل مسکن ها، ویتامین ها و داروهای گیاهی

و خانگی (آگاه باشید که داروهای گیاهی و سنتی، به صرف ماهیت گیاهی خود ضرورتاً بی خطر نیستند بلکه ممکن است عامل ایجاد و یا تشدید ضایعات کبیری باشند).

- پرهیز از مواجهه با حیوانات و حتی کرک و پر و موی آنها
- پرهیز از گرد و خاک و گرده گیاهان (مراقب باشید که در فصل بهار و بویژه هنگام وزش باد از قدم زدن در محیط های باز و پارک ها اجتناب نمایید).
- به حداقل رساندن مواجهات شغلی یا خانگی با هرگونه مواد شیمیایی مثلاً استعمال رنگ مو و مواد آرایشی



- پرهیز از خاراندن ضایعات و اجتناب از استحمام با آب خیلی سرد یا خیلی گرم (در چنین حالتی استحمام متناوب با آب ولرم و خنک کردن ضایعات می تواند در تسکین خارش کمک کننده باشد).
- دوری از هرگونه استرس و فشارهای روحی و روانی

## \*\*\*\*\***قدم اساسی و اولیه جهت درمان کبیر. شناسایی عامل**

### **ایجادکننده و اجتناب از تماس مجدد با آن است \*\*\*\*\***

## یادآوری:

- مهمترین داروهایی که در درمان کبیر استفاده می شوند شامل آنتی هیستامین ها می باشند که باید به طور منظم تحت نظر پزشک متخصص مصرف شوند تا از بروز ضایعات کبیری جدید جلوگیری شود. البته بدلیل امکان خواب آلودگی در حین مصرف این داروها، به هنگام رانندگی و یا انجام کارهای دقیق احتیاط کنید.

- گاهی نیز بنابر صلاحدید پزشک معالج ممکن است نیاز به دوره ای بستری در بیمارستان جهت انجام بررسی ها و آزمایشات و دریافت درمان های لازم باشد.

- تذکر آخر اینکه در صورت بروز تورم شدید لب و دهان و مشکلات تنفسی، باید سریعاً به پزشک معالج خود و یا به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید.



واحد آموزش به بیمار- مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص)

# آموزش به بیمار

کد ۱۸۰



مجمع آموزش تخصصی در علم حضرت رسول اکرم (ص)

## کهیر



تهیه و تدوین: دکتر محمد رضا قاسمی (متخصص بیماری های پوست، عضو هیئت علمی  
دانشگاه علوم پزشکی ایران)  
تنظیم کننده: مهین قاسمی (کارشناس ارشد آموزش به بیمار)

سال ۱۴۰۰

آدرس: خیابان سارخان - خیابان نیایش - مجمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص) - تلفن: ۶۴۳۵۱

<http://hrmc.iums.ac.ir/>