



تاریخ
۱۳
شهریور
۱۴۰۰
شنبه

تبخال چیست؟

دکتر مهرداد نادریان



بعضی افراد تا دچار استرس و اضطراب می شوند یا تب می کنند فوراً گوشه لب شان زخمی ظاهر می شود که به آن تبخال می گویند.

دلایل تبخال و درمان تبخال
حتماً دیده اید که بعضی افراد تا دچار استرس و اضطراب می شوند یا تب می کنند فوراً گوشه لب شان زخمی ظاهر می شود که به آن تبخال می گویند. در واقع تبخال یا زخم سرد یکی از رایج ترین زخم هایی است که افراد بسیاری به طور روزمره با آن دست به گریبان هستند. مشکلی که به صورت زخمی اغلب کوچک، دردناک و پر از مایع در گوشه دهان و روی لب خود را نشان داده و تا زمانی که دوره اش طی شود معمولاً برای فرد آزاردهنده است و مشکلاتی در زندگی روزمره او ایجاد می کند. اگر می خواهید بیشتر درباره این زخم شایع بدانید پیشنهاد می کنیم این مقاله را از دست ندهید.

چرا تبخال می زнім؟

شاید بسیاری از مردم ندانند که تبخال یا به طور دقیق تر تبخال لب در اصل یک عفونت عود کننده ویروسی است بدین معنا که ویروسی در ابتدا وارد بدن شده و بعد هر چند وقت یک بار بیماری عود کرده و علائم آن بروز می کند. یکی از بهترین نمونه های بیماری های عفونی عود کننده همین تبخال لب است. بیماری تبخال به وسیله یکی از اعضای خانواده ویروسی هرپس ایجاد می شود. ویروس تبخال لب HSV ۱ نام دارد و نوع دیگر این ویروس یعنی HSV۲ عامل ایجاد تبخال دستگاه تناسلی است که شباهت زیادی به همین زخم تبخال دهانی دارد. البته هر کدام از این ویروس ها می توانند به جای یکدیگر نیز باعث بروز تبخال شوند. بیماری تبخال یک بیماری مسری است و ویروس آن مثل تبخال سرماخوردگی یا آنفلوآنزا باید از شخص دیگری وارد بدن شود. در مورد تبخال هر گونه تماس با فردی که زخم تبخال روی صورتش وجود دارد (مثلاً روبروسی) می تواند باعث انتقال ویروس و ابتلا به این بیماری شود. یکی دیگر از راه های شایع انتقال تبخال استفاده از لوازم غذاخوری، تیغ یا حوله دیگران است. نکته اینجاست که حتی در زمانی که تبخال از آن حالت پر آب خارج شده و اصطلاحاً دلمه بسته باز هم به شدت مسری است و می تواند باعث انتقال بیماری شود.

وقتی ویروس پنهان می شود

بعد از انتقال ویروس، علائمی شبیه یک سرماخوردگی شدید بروز می کند. بیمار دچار گلودرد شده و در برخی موارد بلع با اشکال روبرو می شود. در داخل دهان زخم هایی در ناحیه گونه و روی لثه ها ایجاد می شود که ملتهب و قرمز رنگ هستند. بیمار معمولاً دچار سردرد، سرگیجه، حالت تهوع و تب است. این بیماری معمولاً خودبه خود و بدون بروز مشکلی حداکثر تا ۲ هفته بهبود می یابد. اما این همه ماجرا نیست. بعد از رفع علائم بیماری تبخال اولیه، ویروس تبخال در بدن باقی مانده و به طرف عقده های عصبی حرکت می کند. سپس ویروس در سلول های عصبی مستقر شده و اگر شرایط مناسب شود مجدداً فعالیت خود را این بار به شکلی خفیف تر از حالت اولیه ادامه می دهد. از اینجا به بعد است که زخم تبخال معروف بروز می کند.

چرا تبخال می زнім؟

بعد از ابتلا به بیماری تبخال اولیه بسیاری از افراد مستعد تبخال ثانویه یا همان تبخال عود کننده لب می شوند. البته تعدادی از بیماران هم با وجود ابتلا به تبخال اولیه و سیستمیک هرگز دچار تبخال عود کننده نمی شوند. اغلب افراد به دنبال ضعف سیستم ایمنی دچار تبخال عود کننده می شوند. عواملی مثل تب، قاعدگی، استرس های روحی و جسمی، خستگی و قرار گیری بیش از حد در معرض نور آفتاب همه می توانند باعث عود تبخال شود.

تبخال لب و دهان



تبخال لب و دهان، تاول دردناکی است که در نزدیکی لب ها و داخل دهان و توسط ویروسی به نام هرپس سیمپلکس ایجاد می شود.

دو نوع ویروس هرپس وجود دارد، نوع یک این ویروس منجر به بروز تبخال لب و دهان می شود. نوع دوم ویروس که هرپس تناسلی نام دارد، آلت تناسلی آقایان و واژن خانم ها را درگیر می کند.

علائم و نشانه های تبخال لب و دهان

علائم و نشانه های تبخال لب و دهان، به این موضوع بستگی دارد که فرد برای اولین بار به این ویروس آلوده شده یا برای چندمین بار. اولین حمله این ویروس معمولاً در دوران کودکی اتفاق می افتد.

در اولین آلودگی با ویروس هرپس و ابتلا به تبخال، شاهد بروز علائم و نشانه های زیر خواهیم بود:

-تاول های دردناک در لب ها، دهان، بینی و یا گلو

-احساس درد در گلو و دهان

-تورم گردن

-تب، بدن درد و احساس بیماری

بعد از یک بار ابتلا، احتمال بروز درد و تاول مجدد وجود دارد، اما علائم مانند قبل ظاهر نخواهد شد. ضمن این که شدت علائم نیز مانند قبل نخواهد بود.

تبخال لب و دهان

علائم تبخال لب و دهان معمولاً ده تا چهارده روز ادامه پیدا می کند. در

هر شماره؛معرفی یک بیماری و پیشگیری

و درمان آن

این شماره: تبخال دهانی

خواهد شد.

آیا نیازی به مراجعه به پزشک می باشد؟

در صورت تشدید علائم و یا سخت شدن خوردن مایعات، توصیه می شود به فوق تخصص گوارش مراجعه کنید.

آیا تستی جهت تشخیص تبخال لب و دهان وجود دارد؟

بله، مایعی از تبخال گرفته می شود تا از نظر وجود ویروس هرپس بررسی شود. اما ضرورتی برای انجام این کار وجود ندارد. در بیشتر موارد، پزشک با نگاه کردن به تبخال، قادر به تشخیص می باشد.

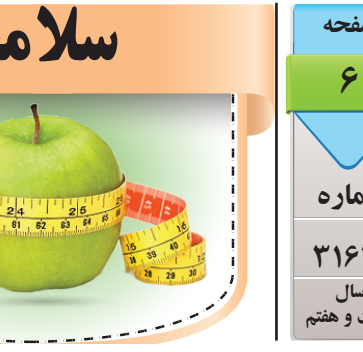
درمان تبخال لب و دهان

در صورتی که فردی برای اولین بار به این ویروس مبتلا شده باشد، نیاز به دنبال کردن اقدامات درمانی می باشد. اما در صورتی که فرد در گذشته به این ویروس مبتلا شده باشد و یا شدت علائم خفیف باشد، نیازی به درمان نخواهد بود.

اقدامات درمانی معمولاً به دو صورت در نظر گرفته می شوند:

-برخی اقدامات درمانی به دفاع بدن در برابر ویروس هرپس کمک می کنند. این نوع داروها اصطلاحاً داروهای ضد ویروس نام دارند و به تسکین علائم و کاهش دوره بیماری کمک می کنند. در صورتی که این داروها بلافاصله بعد از ظاهر شدن علائم مصرف شوند، اثربخشی بهتری خواهند داشت. در بسیاری از موارد، نیازی به مصرف این داروها نیست.

-برخی اقدامات درمانی تنها به تسکین درد و ناراحتی تبخال کمک می کنند، بی آنکه تأثیری بر روی ویروس بگذارند. این درمان می تواند شامل مصرف قرص های مسکن و یا ژل باشد. برای تهیه این داروها نیازی به نسخه پزشک نیست.



صفحه
۶
شماره
۳۱۶۳
سال
بیست و هفتم



دنبال کردن اقدامات درمانی به تسکین علائم تبخال لب و دهان کمک می کند. با یک بار آلودگی یا ویروس و ابتلا به تبخال، ویروس داخل بدن باقی می ماند و امکان باز گشت مجدد آن وجود دارد. اما خوشبختانه، شدت علائم در دفعات بعدی کمتر خواهد بود.

آیا راهی برای بهتر شدن علائم وجود دارد؟

برخی افراد در صورت استفاده از کمپرس یخ، احساس می کنند که از شدت درد کاسته می شود.

آیا راهی برای پیشگیری از بروز تبخال لب و دهان وجود دارد؟

معمولاً برای افرادی که مدام تبخال می زنند، مصرف روزانه داروهای ضد ویروسی از سوی پزشک تجویز می شود. اما بیشتر بیماران نیازی به این درمان ندارند.

جهت محافظت از انتقال ویروس، رعایت موارد زیر از سوی بیمار توصیه می شود:

-نبوسیدن دیگران

- عدم اشتراک گذاشتن وسایلی مانند چاقو، قاشق، لیوان و دستمال

هر آنچه که لازم است در مورد تبخال دهانی بدانید

دکتر نرجس خبازی

رفتن دائمی بینایی شود. زیرا این عفونت می‌تواند منجر به زخم شدن قرنیه شود.

یکی از بیماری‌هایی که با تبخال اشتباه گرفته می‌شود آفت دهانی است. ضایعات این بیماری در داخل دهان، زبان، گلو و گون‌ها ایجاد می‌شود. این ضایعات معمولاً صاف هستند، مسری نیستند و در اثر ویروس هرپس سیمپلکس ایجاد نمی‌شوند. در حالی که تبخال معمولاً در لب‌ها و بیرون دهان مشاهده می‌شود. تبخال بسیار مسری است و ضایعات آن ظاهری حباب مانند دارند.

راه‌های انتقال ویروس هرپس سیمپلکس (ویروس تبخال)

ویروس هرپس سیمپلکس از طریق بوسیدن، به اشتراک گذاشتن غذاها یا نوشیدنی‌ها، یا به اشتراک گذاشتن اشیا شخصی مانند حوله، مسواک و تیغ اصلاح و همچنین تماس با بزاق فرد آلوده به ویروس، منتقل می‌شود. حتی اگر تاول قابل مشاهده نباشد نیز ویروس قابل انتقال است.

عوارض ویروس هرپس سیمپلکس (ویروس تبخال)

عفونت اولیهٔ تبخال می‌تواند علائم و عوارض شدیدتری ایجاد کند، زیرا بدن هنوز در مقابل ویروس مقاوم نشده و راه دفاعی ندارد. این عوارض در کودکان خردسال، افراد دارای آگزما یا ضعف سیستم ایمنی مانند سرطان یا ای‌زد، ممکن است رخ دهد. در صورت بروز هر یک از علائم زیر، فوراً به پزشک خود مراجعه کنید:

تب بالا یا مداوم

مشکل در تنفس یا بلع

چشم‌های تحریک شده و قرمز، و یا بدون ترشحات

گسترش عفونت به قسمت‌های دیگر پوست

برطرف نشدن علائم طی یک تا دو هفته

عود مکرر علائم در طی یک سال

درمان تبخال

متأسفانه هیچ درمان قطعی برای ویروس تبخال وجود ندارد، اما روش‌های درمانی مختلفی برای تسکین زخم‌های تبخال وجود دارد.

پماد و کرم

پمادهای ضد ویروسی، مانند پنسیکلوویر (دناویر) و دوکوزانول (Abreva) درد را کنترل کرده و بهبودی را سرعت می‌بخشند. اگر به محض ظاهر شدن علائم اولیه، از این پمادها استفاده شود، موثرتر خواهند بود. پمادهای ضد ویروسی باید ۴ تا ۵ بار در روز بر روی زخم اعمال شوند.

دارو درمانی

داروهای ضد ویروسی خوراکی مانند آسپیکلوویر (Zovirax)، والاسیکلوویر (Valtrex) و فامسیکلوویر (Famvir) در زخم‌های تبخال قابل استفاده هستند. در واقع این داروها باعث حذف ویروس از بدن نمی‌شوند بلکه از انتقال ویروس به سایر افراد جلوگیری می‌کنند.

این داروها فقط با نسخه در دسترس هستند.

در صورت بروز عوارض، داروهای ضد ویروسی را باید استفاده کنید. مصرف داروی مسکن مانند استامینوفن به کاهش هرگونه درد کمک می‌کند. کرم‌های حاوی لیدوکائین یا بنزوکائین نیز در تسکین درد موثر هستند.

کرم زینک اکسید موضعی ممکن است مدت زمان زخم‌های تبخال را کوتاه کند. طبق مطالعات، اکسید روی بهبود تبخال را به طور متوسط، یک و نیم روز کوتاه‌تر می‌کند. اکسید روی همچنین باعث کاهش تاول، درد، خارش و سوزن سوزن شدن می‌شود.

درمان‌های خانگی

کمپرس سرد: استفاده از یخ بر روی زخم‌ها، علائم را کاهش می‌دهد. آلوئه ورا: ژل خنک‌کنندهٔ آلوئه ورا، باعث تسکین درد شدید می‌شود. لیمو: خاصیت ضد ویروسی لیمو، به کاهش قرمزی و تورم تاول یا پیشگیری از عفونت‌های بعدی کمک می‌کند.

داروهای خانگی، کرم‌ها یا پمادها را با استفاده از یک گوش پاک کن تمیز، روی زخم‌ها بمالید.

پیشگیری از انتشار تبخال

برای جلوگیری از انتقال تبخال، باید دستان خود را مرتب بشویید و از تماس پوستی با دیگران خودداری کنید.

درواقع بهترین راه برای جلوگیری از ابتلا به ویروس هرپس سیمپلکس، جلوگیری از تماس جسمی با زخم‌های شخص آلوده است.

در زمان وجود ضایعات فعال، هر چیزی که با دهان تماس می‌یابد را بشویید و با دیگران به اشتراک نگذارید.

با شناخت محرک‌هایی که باعث ظاهر شدن تبخال می‌شود از فعال شدن مجدد ویروس پیشگیری کنید.