

## الصدفية

### نبذة مختصرة:

- هي تهيج مزمن يصيب الجلد؛ حيث تتميز بوجود بقع حمراء بارزة وقشور فضية.
- لم يتم التعرف على مسببها الرئيس؛ لكن الجهاز المناعي والجينات لها دور كبير في الإصابة بها.
- جفاف البشرة وتكون طبقة سميكة من الجلد هما أشيع أعراضها.
- لا يوجد علاج يشفي تمامًا من الصدفية؛ لكن يتم استخدام الأدوية للتحكم بالأعراض.
- لا توجد وسيلة حاليًا تقي من الإصابة بالصدفية؛ لكن يمكن للمصابين التحكم بها.

### تعريف الحساسية:

هي ردة فعل للجهاز المناعي لدى المصاب بالحساسية تجاه بعض المواد (كاللقاح، العث، الفطريات، بعض الأطعمة ... وغيرها) التي بطبيعة الحال لا تؤثر في الأشخاص الطبيعيين.

من عادة الجهاز المناعي محاربة المواد الضارة التي تدخل الجسم، لكن في حالة الحساسية يقوم بمحاربة بعض المواد كأنها ضارة (إنذار خاطئ) عن طريق إنتاج مواد مضادة (مثل الهيستامين)، والتي تسبب أعراض الحساسية، وعادة ما يتحسس المصاب من أكثر من مادة.

### تعريف الصدفية:

هي تهيج مزمن يصيب الجلد؛ حيث تتميز بوجود بقع حمراء بارزة وقشور فضية، وتراوح أعراضها ما بين البسيطة إلى الشديدة. من طبيعة الجلد أن يتجدد كل 3-4 أسابيع، لكن في حالة الصدفية فإن هذه العملية تستغرق 3-7 أيام تقريبًا، أي أن المصابين بالصدفية لديهم فرط في إنتاج خلايا الجلد؛ مما ينتج عن ذلك تراكم طبقات الجلد وظهور أعراض الصدفية.



## مسميات أخرى للمرض:

الصداف - داء الصدف.

## أنواع الصدفية:

توجد عدة أنواع من الصدفية، وقد يصاب الأشخاص بنوع واحد أو نوعين معاً، أو قد يتغير نوعها، وقد تتطور لتصبح نوعاً آخر أكثر شدة، وتشمل الأنواع:

- صدفية الطبقات (الصدفية اللويحية - الصدف الشائخ): هو أشيع أنواع الصدفية، يسبب ظهور طبقات رقيقة وجافة وحمراء من الجلد ومغطاه بقشور فضية، وتظهر غالباً في فروة الرأس والركبتين والمرفقين وأسفل الظهر، وتسبب ألماً وحكة وكذلك قد تتقشر وتنزف.
- الصدفية النقطية (الصداف المنقط - الصدفية القطرورية): يصيب هذا النوع غالباً الشباب والأطفال، وتتهيج غالباً بسبب العدوى البكتيرية (مثل: العدوى التي تصيب الحلق)، وتتميز بظهور قشور صغيرة تشبه قطرة الماء، وتظهر في منطقة الجذع (الظهر والصدر والبطن) والذراعين والساقين وفروة الرأس، ويمكن أن تهيج وتتحسن من تلقاء نفسها.
- الصدفية العكسية (الصداف المعكوس - صدفية الثنيات): هذا النوع يسبب ظهور بقع كبيرة وحمراء بالجلد، ويظهر في مناطق الثنيات بالجلد (مثل: الإبطين، مفصل الفخذ العلوي، بين الفخذين، تحت الثدي)، ويمكن أن يصيب بعض هذه المناطق أو جميعها، وتزداد الحالة سوءاً مع الاحتكاك والتعرق.

## وهناك أنواع أخرى نادرة، تشمل:

- الصدفية البثرية: حيث تتكون فقاعات مليئة بالصديد (بثور) على سطح الجلد، وتظهر بأشكال مختلفة في مناطق مختلفة من الجسم.
- الصدفية المحمرة للجلد (الصدفية الحمراء): حيث يمكن أن تغطي كافة الجلد بطفح جلدي أحمر ومتقشر يسبب حكة وحرقة شديدة، ويجب



على المصابين بهذا النوع زيارة الطبيب فوراً عند تهيجه؛ لأنه يمكن أن يكون مهدد للحياة.

#### السبب:

بالرغم من عدم وضوح المسبب الرئيس للصدفية، إلا أن الجهاز المناعي والجينات لها دور كبير في الإصابة بها.

#### المهيجات:

- يمكن أن تتهيج الصدفية أو تزداد سوءاً نتيجة عدة عوامل، والتي قد تشمل:
- إصابة الجلد (مثل: الخدش أو الاحتكاك أو لسعة حشرة، وغير ذلك).
  - الضغوط النفسية.
  - الإصابة بعدوى في الحلق.
  - التدخين.
  - استخدام بعض الأدوية (مثل: أدوية علاج ارتفاع ضغط الدم).

#### عوامل الخطورة:

- يمكن للصدفية أن تصيب جميع الأشخاص، ولكن توجد عوامل يمكن أن تزيد احتمالية الإصابة بها، وتشمل:
- التاريخ العائلي: حيث تزيد احتمالية الإصابة إذا كان أحد الوالدين مصاباً بها، وتزداد أكثر إذا كان كلا الوالدين مصاباً بها.
  - الإصابة بعدوى فيروسية (مثل: فيروس نقص المناعة)، أو بكتيرية (مثل: البكتيريا التي تصيب الحلق).
  - الضغوط النفسية؛ لأنها تؤثر في المناعة.
  - السمنة: حيث تظهر الصدفية غالباً في ثنيات الجسم.
  - التدخين: هو لا يزيد الاحتمالية فقط؛ بل يزيد حدة الصدفية أيضاً.

#### الأعراض:

جفاف البشرة وتكون طبقة سميكة من الجلد هما أشيع أعراض الصدفية،



وغالبًا ما يكون الجلد مغطى بطبقة قشرية ذات لون فضي، وقد تسبب الحكّة، وقد تظهر أعراض أخرى تختلف بحسب:

- نوع الصدفية المصاب بها.
- أماكن ظهورها بالجسم.
- كمية الصدفية المصاب بها.

### متى تجب رؤية الطبيب؟

تجب رؤية الطبيب عند الشك في الإصابة بالصدفية، أما الشخص بها مسبقًا فينصح برؤية الطبيب في الحالات التالية:

- إذا سببت له الصدفية ألمًا وعدم الراحة.
- إذا أثرت في أداء مهامه اليومية.
- إذا أثرت في مظهر الجلد.
- إذا أدت إلى مشاكل في المفاصل (مثل: ألم، انتفاخ، صعوبة في أداء المهام اليومية).
- إذا لم تتحسن الأعراض على الرغم من استخدام الأدوية.

### المضاعفات:

- يلعب الجلد دورًا مهمًا في تنظيم درجة حرارة الجسم، والمحافظة على توازن سوائل الجسم (الترطيب)، وهو جدار يحمي من الإصابة بالعدوى، وعند حدوث خلل بالجلد، فإن هذه الوظائف تتأثر مما يسبب ضررًا للكلية والقلب.
- الإصابة بنوبات تهيج الصدفية البشرية أو الصدفية المحمرة للجلد يؤثر بشدة في كامل الجسم.
- الإصابة بصدفية التهاب المفاصل.
- الصدفية يمكن أن تسبب تأثيرات نفسية في المصاب بها (مثل: الاكتئاب، وقلة الثقة بالنفس).



### التشخيص:

- التاريخ العائلي.
- الفحص السريري.
- قد يتم أخذ خزعة (عينة) من الجلد المصاب.

### العلاج:

لا يوجد علاج يشفي تماماً من الصدفية؛ لكن يتم استخدام الأدوية للتحكم بالأعراض، والتي تختلف حسب نوع وشدة الحالة والمنطقة المصابة بالصدفية، حيث يبدأ الطبيب بالأدوية البسيطة ويتدرج إلى الأدوية الأقوى حسب الحاجة.

### يتم تصنيف الأدوية إلى ٣ فئات:

- الأدوية الموضعية: مثل الكريمات والمراهم.
  - العلاج بالضوء: حيث يتم تعريض الجلد إلى نوع معين من الأشعة فوق البنفسجية.
  - أدوية عن طريق الفم أو الحقن.
- قد يتم استخدام أكثر من نوع بحسب خطة الطبيب.

### الوقاية:

لا توجد وسيلة حالياً تقني من الإصابة بالصدفية؛ لكن توجد إرشادات تساعد على التحكم بها ومنع تهيجها.

### إرشادات للمصابين بالصدفية:

- الحرص على الالتزام بالأدوية حسب إرشادات الطبيب.
- الحرص على ترطيب الجلد.
- اتباع نمط حياة صحي، وذلك عن طريق تناول الأغذية الصحية وممارسة النشاط البدني.
- الإقلاع عن التدخين.
- التحكم بالضغط النفسي.
- تجنب المهيجات قدر المستطاع.



وزارة الصحة  
Ministry of Health

### الأسئلة الشائعة:

هل يمكن لبعض أنواع الأطعمة أن تسبب تهيجًا للصدفية؟  
غير صحيح، حيث لا توجد علاقة بين تناول الأطعمة والصدفية.  
هل المصاب بالأكزيما أكثر عرضة للإصابة بالصدفية؟  
غير صحيح.

### المفاهيم الخاطئة:

الصدفية معدية.

الحقيقة: ليس صحيحًا، لا يمكن انتقال الصدفية من شخص لآخر.

الإدارة العامة لتعزيز الصحة والتثقيف الصحي

لمزيد من الاستفسارات يرجى التواصل معنا عبر [البريد الإلكتروني](#)