

آنچه سوژه‌های «میز گرد زیبایی» دربارهٔ بیماری و درمان می‌گویند، لزوماً مورد تأیید «سلامت» نیست. حتماً اظهار نظر متخصصان را دربارهٔ درستی یا نادرستی اظهارات آنها در همین صفحه بخوانید. شما هم می‌توانید سوژه «میز گرد زیبایی» باشید. کافی است از طریق صفحه «باخوانندگان» با ما تماس بگیرید و تجربهٔ تان را با سایر خوانندگان «سلامت» در میان بگذارید.

## میز گرد «سلامت» درباره بیماری زونا با حضور

**د کتر محمدرضا قاسمی**، متخصص پوست، **د کتر بابک ساعدی**، متخصص گوش و حلق و بینی، **د کتر مریم کاشانیان**، متخصص زنان و زایمان، **د کتر مسعود مردانی**، فوق تخصص بیماری‌های عفونی و **د کتر سید مهدی مدرس زاده**، متخصص چشم پزشکی و **د کتر علیرضا رجایی**، فوق تخصص روماتولوژی

# زونا؛ تظاهر ویروس خفته آبله‌مرغان

زونا بیماری ویروسی است که به دلیل فعالیت ویروس آبله مرغان که مدت‌ها در بدن نهفته باقی مانده، ایجاد می‌شود. تظاهر بیماری به شکل بثورات پوستی آبدار است و بیمار از درد شدید شکایت دارد. این بیماری در میانسالان و سالمندان دیده می‌شود و معمولاً در یک سمت بدن است. با این تعریف کوتاه در مورد بیماری زونا به پرسش یکی از خوانندگان «سلامت» می‌پردازیم:
**«خانمی ۴۸ ساله هستم که حدود یک سال پیش به ضایعات پوستی همراه با درد شدید مبتلا شدم که بیماری زونا تشخیص داده شد. به‌رغم اینکه به پزشک مراجعه کردم و روند درمان را ادامه دادم، همچنان از درد شدید به‌خصوص در مفاصل پا رنج می‌برم. سابقه مصرف داروهای کورتونی نیز دارم. آیا هنوز بیماری در بدنم وجود دارد و ممکن است دوباره بثورات پوستی ظاهر شوند؟ در آینده با عوارض دیگری مواجه می‌شوم؟»**



■ **دکتر محمدرضا قاسمی** / عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران

**سلامت:** **آقای دکتر، عامل ابتلا به بیماری زونا چیست؟**
ویروس‌های هرپس انسانی (Human Herpes Viruses) شامل ۸ گونه ویروس هستند که به دلیل مشابهت‌های ساختاری در یک گروه قرار دارند. ویژگی مشترک ویروس‌های هرپس انسانی این است که ابتدا با عفونت بروز پیدا می‌کنند، سپس ویروس در بدن نهفته می‌شود و بعدها امکان فعال‌شدن دوباره دارند.

ویروس شماره ۳ این گروه «وارسیلا زوستر» (Varicella Zoster Virus) نام دارد و عامل بروز بیماری آبله‌مرغان و زوناست. زمانی که ویروس آبله‌مرغان وارد بدن انسان می‌شود، در ریشه‌های خلفی نخاعی پنهان شده و بعدها تحت‌تأثیر عوامل مختلف، فعال می‌شود. فعال شدن مجدد ویروس، عامل بروز بیماری زونا یا «هرپس زوستر» است که «شینگل» نیز نامیده می‌شود.

**سلامت:** **میزان شیوع بیماری زونا چقدر است؟**

ویروس آبله‌مرغان توزیع جهانی دارد و تقریباً ۹۸درصد جمعیت بالغان طی دوره‌های زندگی با ویروس مواجهه داشته‌اند که در نتیجه آن آنتی‌بادی‌هایی علیه ویروس در خونشان وجود دارد. در گذشته ۹۰درصد بچه‌های زیر ۱۰ سال آبله‌مرغان می‌گرفتند و بیماری به‌خصوص در فصول زمستان و بهار شایع بود، اما از سال ۱۹۹۵ که تزریق واکسن آبله‌مرغان آغاز شد، بروز این بیماری در کودکان تا ۸۵درصد کاهش پیدا کرد. زونا هم تقریباً در ۲۰درصد بالغان سالم ظاهر می‌شود اما افرادی که دچار نقص ایمنی هستند، بیشتر در معرض احتمال ابتلا به بیماری و عوارض جدی‌تر آن خواهند بود.

**سلامت:** **چه عواملی در فعال‌شدن ویروس و بروز زونا نقش دارند؟**



■ **دکتر بابک ساعدی** /فلوشیپ جراحی پلاستیک صورت و استاد تام دانشگاه تهران

درگیری زونا داخل گوش (زوستر اوتیکوس) حالت نسبتاً شایعی است. همان‌طور که می‌دانیم تظاهر دیررس ویروس آبله مرغان موجب بروز بیماری زونا می‌شود و ممکن است ناحیه گوش و عصب هفت را درگیر کند که ویروس در این ناحیه نهفته بوده است. در حالت عادی فرد با درد گوش به پزشک مراجعه می‌کند. ممکن است پس از مدتی، بیمار علاوه بر درد با بروز راش‌های پوستی روی کانال گوش یا گوش خارجی



■ **دکتر مریم کاشانیان** /استاد دانشگاه علوم پزشکی ایران

نهفته ماندن ویروس آبله مرغان در بدن بعدها به شکل بیماری زونا بروز پیدا می‌کند که با بروز بثورات پوستی و درد و خارش شدید همراه است و گاهی بیمار تا ماه‌ها بعد از بهبود ضایعات نیز از درد رنج می‌برد. تماس با ترشح ضایعات پوستی تا زمانی که بیمار بهبود نیافته است می‌تواند عامل سرایت ویروس باشد. ابتلا به زونا در دوره بارداری نسبتاً شایع است اما خطری



**نگاه متخصص پوست**

■ **دکتر علیرضا رجایی**

**ویروس از ضایعات پوستی زونا سرایت می‌کند**

■ **دکتر سید مهدی مدرس زاده** /استاد و رئیس مرکز تحقیقات چشم دانشگاه علوم پزشکی ایران

نخستین سال زندگی به آبله‌مرغان مبتلاشده‌اند، بیشتر است. هر فردی که به آبله‌مرغان مبتلا شود، تا حدود ۲۰درصد در طول زندگی با احتمال ابتلا به زونا مواجه است. این احتمال در صورتی که فرد به هر دلیل دچار ضعف سیستم ایمنی شود، به ۵۰درصد نیز می‌رسد.

**سلامت:** **زونا با چه علائم بالینی تظاهر می‌کند؟**

تقریباً در ۹۰درصد موارد، ابتدا بیمار با علائمی از خارش، سوزش، درد، گزگز در ناحیه‌ای از پوست مواجه می‌شود که تحت‌تأثیر عصب مبتلا به ویروس است. پس از چند روز، پوست قرمز شده و دانه‌های آبدار به شکل توده‌ای در این ناحیه به‌وجود می‌آید. زونا می‌تواند روی هر قسمت پوست ظاهر شود اما قفسه سینه و صورت شایع‌ترین نواحی هستند و ضایعات در نیمی از بدن ظاهر می‌شود.

البته در روزهای اول بیماری ممکن است پیش از اینکه ضایعات جلدی ظاهر شوند، علائم زونا به ناراحتی‌های دیگر تعبیر شود. به‌عنوان مثال، برای فردی که از درد شدید قفسه سینه شکایت دارد، ممکن است خطر سکنه یا بیماری قلبی تشخیص داده شود یا گزگز صورت ناشی از مشکلات دندانی تصور شود و…

**سلامت:** **آیا زونا عوارضی برای بیمار خواهد داشت؟**
زونا در افرادی که ایمنی خوبی دارند، بدون هیچ عارضه‌ای بهبود پیدا می‌کند، اما در سالمندان با شیوع بیشتر و ضایعات شدیدتر همراه است که احتمال بروز عوارض نیز تشدید می‌شود. شایع‌ترین عارضه زونا، باقی‌ماندن درد پس از بهبود ضایعات جلدی در ناحیه پوست است و امکان دارد فرد تا مدت‌ها حتی هنگام پوشیدن لباس نیز احساس درد و سوزش داشته باشد.

از کل افرادی که به زونا مبتلا می‌شوند، ۱۰ تا ۲۰درصد



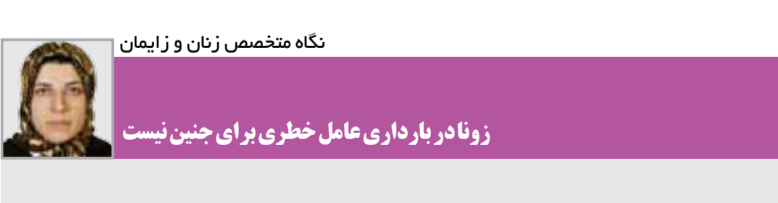
**نگاه متخصص گوش و حلق و بینی**

■ **دکتر علیرضا رجایی**

**فلج صورت عارضه جدی و برگشت‌ناپذیر زونا است**

■ **دکتر سید مهدی مدرس زاده** /استاد و رئیس مرکز تحقیقات چشم دانشگاه علوم پزشکی ایران

عصب ۷، در برخی موارد عصب ۸ نیز درگیر می‌شود که منجر به از دست دادن شنوایی و سرگیجه خواهد شد. در صورت بروز بیماری در ناحیه صورت و گوش نیز درمان مانند روند کلی درمان زونا شامل داروهای ضدویروسی است. البته در این ناحیه نیز بیمار از درد شدید صورت و گوش رنج می‌برد و ممکن است پس از بهبود نیز درد باقی بماند. در مراحل اولیه بیماری ممکن است زونا در ناحیه گوش و صورت با فلج پلز



**نگاه متخصص زنان و زایمان**

■ **دکتر علیرضا رجایی**

**زونا در بارداری عامل خطری برای جنین نیست**

■ **دکتر سید مهدی مدرس زاده** /استاد و رئیس مرکز تحقیقات چشم دانشگاه علوم پزشکی ایران

شدید می‌توان تحت‌نظر متخصص زنان از مسکن‌های قوی‌تر نیز استفاده کرد. درمان ضدویروسی آسیکلوویر نیز مشابه همه افراد برای خانم باردار صورت می‌گیرد که خوشبختانه مشکلی برای جنین ایجاد نمی‌کند. واکسیناسیون برای جنین وجود ندارد، اما مادر و تأکید بر این است که از تماس با بیمار مبتلا به زونا خودداری شود. ■

شماره هفتصد و پنجاه و نه | چهار مرداد نودونه **سلامت**



**نگاه‌متخصص بیماری‌های عفونی**

**کودکان و خانم‌های باردار از بیمار مبتلا به زونا دوری کنند**

■ **دکتر مسعود مردانی**

استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

زونا بیماری ویروسی حاد است که با بثورات جلدی نمود پیدا می‌کند و ناشی از فعالیت مجدد ویروس آبله مرغان نهفته در بدن است. زمانی که فرد به بیماری آبله‌مرغان مبتلا می‌شود، ویروس در گانگلیون‌های خلفی نخاع به شکل خفته باقی می‌ماند و بعدها بیماری تحت تأثیر عواملی مانند ضعف سیستم ایمنی، مصرف داروهای شیمی‌درمانی یا کورتون‌ها، بارداری و… به شکل زونا ظاهر می‌شود. زونا برخلاف آبله‌مرغان در سنین میانسالی و سالمندی بروز پیدا می‌کند.

بثورات و زیکولار یا آبدار به شکل تجمع چندتایی در یک سمت بدن ظاهر می‌شوند. بیماری با درد شدید، گزگز و مورمور همراه است که فرد نمی‌تواند بخوابد و نیاز به مصرف مسکن دارد. دوره بیماری ۲ تا ۳ هفته ادامه دارد.

درمان بیماری زونا شامل درمان‌های ضدویروسی است که داروی «آسیکلوویر» یکی از داروهای مؤثر شناخته می‌شود.

امروزه واکسن «زوستاواکس» برای پیشگیری از زونا در بعضی کشورها کاربرد دارد اما در ایران هنوز در دسترس نیست. در صورت امکان توصیه می‌شود واکسن برای افراد بالاتر از سن ۵۰ سال تزریق شود. از آنجا که امکان ابتلای مجدد نیز وجود دارد، واکسن حتی برای افرادی که یک بار به زونا مبتلا شده‌اند نیز توصیه می‌شود.

تغذیه در بهبود زونا نقش عمده‌ای ندارد و بیمار می‌تواند سبک غذایی سالم معمول را ادامه دهد. بیمار می‌تواند مانند همیشه حمام کند اما استفاده از لیف و صابون توصیه نمی‌شود. همچنین بیمار باید از افرادی که سابقه ابتلا به آبله‌مرغان نداشته‌اند به‌خصوص خانم‌های باردار و کودکان دور بماند. ■



**نگاه متخصص چشم‌پزشکی**

**بثورات زونای نزدیک چشم باید جدی تلقی شود**

■ **دکتر سید مهدی مدرس زاده** /استاد و رئیس مرکز تحقیقات چشم دانشگاه علوم پزشکی ایران

اگر بثورات زونا نزدیک چشم باشند ممکن است عامل بروز عفونت ویروسی و التهاب در ملتحمه و قرنیه چشم شوند. به همین دلیل زمانی که بثورات نزدیک چشم باشند، حتی اگر قرمزی یا بثورات واضح در چشم دیده نشود، درمان‌های پیشگیری برای چشم ضروری به‌نظر می‌رسد. در چنین شرایطی معمولاً داروهای ضدویروسی مانند پماد آسیکلوویر برای شب و قطره این دارو نیز برای روز تجویز می‌شود. با توجه به شدت و وسعت بثورات صورت ممکن است تجویز و مصرف داروهای ضدویروسی خوراکی نیز لازم باشد.

اگر بثورات زونا داخل چشم ظاهر شود یا با قرمزی و درد چشم همراه باشد، بهتر است با متخصص چشم مشورت شود تا درمان‌های تخصصی تجویز شود. معمولاً با درمان به موقع و مناسب، خطری برای چشم وجود ندارد، اما ممکن است ضعف شدید سیستم ایمنی یا مصرف داروهای سرکوب‌کننده سیستم ایمنی زمینه‌ساز تشدید بثورات زونا در چشم شده و حتی به عفونت، سوراخ شدن قرنیه و خطر نابینایی منجر شود. در چنین مواردی بستری در بیمارستان و تزریق وریدی چشم ضروری خواهد بود. ■



**نگاه فوق تخصص روماتولوژی**

**زونا می‌تواند بیماری مفصلی را تشدید کند**

■ **دکتر علیرضا رجایی**

بسیاری ویروس‌ها از جمله هرپس زوستر؛ عامل بیماری زونا، می‌توانند زمینه‌ساز درگیری مفاصل باشند. البته درگیری مفاصل مشکل شایع در مبتلایان به زونا نیست و در کمتر از ۱۰درصد بیماران دیده می‌شود. ناراحتی معمولاً چند مفصلی خواهد بود و در مفاصل بزرگ شایع‌تر است اما گاه مفاصل متوسط و کوچک‌تر نیز درگیر هستند. در بیشتر موارد برای کاهش درد و خارش ضایعات پوستی زونا، داروهای ضدالتهاب مانند پروفن و دیکلوفناک نیز تجویز می‌شوند که در بهبود التهاب مفاصل نیز مؤثر است. خوشبختانه درگیری مفاصل ناشی از ویروس زونا عموماً به تخریب و تغییر شکل مفصل منجر نمی‌شود و ناراحتی پس از ۲ تا ۴ هفته بهبود می‌یابد. البته باید توجه داشت که این ویروس می‌تواند علائم بیماری‌های مفصلی مانند روماتیسم مفصلی که خاموش بوده را تشدید و سیستم ایمنی را تحریک کند. در این موارد پزشک نیاز به درمان‌های قوی‌تر برای وضعیت وضعیت بیمار را لازم می‌داند تا علائم روماتیسمی کنترل شود. ■