

میز گرد «سلامت» درباره عفونت‌های قارچی با حضور **د کتر مجتبی امیری** متخصص پوست و **د کتر بابک ساعدی** متخصص گوش و حلق و بینی و **د کتر مریم کاشانیان** متخصص زنان و زایمان و **د کتر فاطمه عبدی** متخصص چشم پزشکی

# عفونت قارچی، مزاحمی پردردسر

عفونت‌های قارچی جزو شایع‌ترین بیماری‌ها به‌خصوص در فصل تابستان هستند و شنا یکی از مهم‌ترین عوامل زمینه‌ساز آن است. این بیماری که در نتیجه رشد و تکثیر قارچ‌های مختلف ایجاد می‌شود، می‌تواند با علائمی در اندام‌هایی نظیر پوست، چشم و... همراه باشد. گاه روند درمان طولانی را می‌طلبد و در صورت مجاورت مداوم با قارچ، مشکل بهبود نمی‌یابد.

شیوع این بیماری موجب شد تا در این شماره به پرسش یکی از خوانندگان سلامت بپردازیم: «خانمی ۲۹ ساله هستم که از حدود ۴ ماه پیش دچار لکه‌های تیره‌ای روی پوست کتاله ران شده‌ام. با مراجعه به پزشک تشخیص عفونت قارچی داده شد و دو دوره دارو مصرف کردم اما لکه‌ها باقی است. برای بهبود چه باید بکنم؟ آیا مصرف دارو می‌تواند تاثیری در بارداری داشته باشد؟»

■ **دکتر مجتبی امیری** /استادیار دانشگاه

**سلامت** : آقای دکتر، قارچ‌ها زمینه‌ساز مشکلات مختلفی برای سلامتی هستند. لطفاً در مورد ماهیت این موجودات توضیح بدهید.

قارچ‌ها دسته‌ای از موجودات زنده هستند که در محیط اطراف ما وجود دارند. بعضی از قارچ‌ها مفید هستند و بعضی دیگر می‌توانند زمینه ابتلا به بیماری‌ها را ایجاد کنند. گونه‌ای از قارچ‌ها حالت مخمر دارند و به‌صورت طبیعی در قسمت‌های مختلف حتی روی سطح بدن انسان زندگی می‌کنند. این قارچ‌ها هیچ ضرری ندارند اما تحت‌تاثیر شرایطی فعال شده و باعث ایجاد التهاب و تغییر رنگ پوست می‌شوند. معمولاً بی‌خطرند، مسری نیستند و پاسخ به درمان خوبی دارند.

دسته‌ی دیگر قارچ‌ها، درماتوفیت نام دارند. این قارچ‌ها به پوست انسان تمایل دارند، قدرت سرایت بالا دارند و می‌توانند از خاک، حیوانات و انسان‌های دیگر منتقل شوند و نیاز به درمان‌های جدی را می‌طلبند.

گونه‌ای از قارچ‌ها نیز عمقی هستند و در کسانی که ضعف سیستم ایمنی دارند، ممکن است در لایه‌های عمیق پوست نفوذ کرده و عامل عفونت شوند و مشکلات جدی سلامت را در پی خواهند داشت. «عفونت قارچی موکور» در این افراد بسیار خطرناک و کشنده است و درمان مشکلی دارد. بنابراین اصطلاح عفونت قارچی طیف گسترده‌ای از یک بیماری خفیف تا بیماری شدید و گاه کشنده را دربرمی‌گیرد.

**سلامت** : کدام عفونت‌های قارچی پوست مسری نیستند و به‌خوبی درمان می‌شوند؟
از اشکال خفیف عفونت‌های قارچی می‌توان به بیماری «تیناوسیکالر» اشاره کرد. مخمر «مالاسزیا فلورفورا»

زمنه‌ی رشد و تکثیر پیدا می‌کنند. این وضعیت آنقدر در خانم‌ها شایع است که وقتی اسپور وارد بدن شود، باقی می‌ماند و حتی یکی از میکروب‌های فلورواژن محسوب می‌شود. تعداد کم این قارچ‌ها در ناحیه تناسلی مشکلی ایجاد نمی‌کند، اما اگر تحت تاثیر شرایط، رشد و تکثیر زیاد داشته باشند، عامل عفونت قارچی خواهند بود. برخی عوامل، خانم‌ها را مستعد ابتلا به عفونت قارچی می‌کند. محیط گرم و مرطوب یکی از این عوامل است و به این دلیل در فصل تابستان، بیشتر دیده می‌شود. همچنین خانم‌های مبتلا به دیابت، افرادی که به دلیل بیماری‌های زمینه‌ای از داروهای کورتیکواستروئیدی استفاده می‌کنند یا ضعف سیستم ایمنی دارند نیز بیشتر در معرض ابتلا قرار دارند. مصرف آنتی‌بیوتیک‌های وسیع‌الطیف به هر علتی نیز زمینه بروز عفونت‌های قارچی را تسهیل می‌کند. بارداری و مصرف قرص‌های جلوگیری از بارداری نیز در بروز عفونت قارچی نقش دارند و حتی ممکن است خانم تا پایان بارداری دچار این مشکل باشد.

آنجه سوژه‌های «میز گرد زیبایی» درباره بیماری و درمان می‌گویند، لزوماً مورد تأیید «سلامت» نیست. حتماً اظهار نظر متخصصان را درباره 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 تجربه تان را با سایر خوانندگان «سلامت» در میان بگذارید.



■ **نگاه متخصص پوست**



**عفونت قارچی پوست، طیف گسترده‌ی بیماری‌ها را شامل می‌شود**

می‌تواند در تمام قسمت‌های بدن به‌خصوص تنه، کتاله ران و پاها ایجاد شده و با پوسته‌ریزی و قرمزی پوست همراه باشد. گاه عفونت به ناخن‌ها می‌رسد و زمینه‌ساز بدشکلی، تغییر حالت، زردشدن و ضخیم‌شدن ناخن به‌خصوص در انگشت شست دست و انگشتان پاها شود. درمان قارچ ناخن تقریباً مشکل است و گاه نیاز به برداشتن ناخن در کنار درمان دارویی خواهد بود. البته گاه بیماری با یک دوره درمان ضدقارچ خوراکی نیز بهبود می‌یابد. به‌طور کلی عفونت درماتوفیت به‌سرعت گسترش پیدا می‌کند و نیاز به درمان فوری و مناسب دارد.

**سلامت** : افراد مبتلا به ضعف سیستم ایمنی در معرض چه نوع عفونت‌های قارچی هستند؟
از دیگر عفونت‌های قارچی باید به عفونت‌های عمقی اشاره کرد. این بیماری در افراد سالم به‌ندرت پیش می‌آید و دیابت، ضعف سیستم ایمنی، مصرف داروهای سرکوب‌کننده ایمنی عوامل زمینه‌ساز عفونت عمقی هستند. البته گاه طی بروز حادثه، ذرات آلوده مانند شن و ماسه، اجسام و... به بافت‌های عمقی عضله و چربی نفوذ پیدا می‌کند. در چنین مواردی نیاز به تخلیه عفونت در کنار مصرف آنتی‌بیوتیک قوی خواهد بود زیرا به‌شدت خطرناک و تهدیدکننده حیات است.

**سلامت** : آیا ممکن است عفونت قارچی مقاوم به درمان باشد و فرد مدت‌های طولانی از این مشکل رنج ببرد؟

آنچه در مورد عفونت‌های قارچی به‌عنوان عدم پاسخ به درمان ذکر می‌شود، ممکن است ناشی از درمان

■ **نگاه متخصص زنان و زایمان**



**عفونت قارچی شایعی در بین بانوان است**

**دستورات بهداشتی که خانم‌ها باید رعایت کنند**
❖ عدم‌استفاده از آنتی‌بیوتیک بدون دلیل طبی و خودسرانه
❖ پرهیز از پوشیدن لباس زیر تنگ
❖ خشک نگه‌داشتن بدن و در صورت تعریق زیاد استفاده از باد خنک سشوار پس از سرویس بهداشتی
❖ انتخاب لباس زیر با جنس پنبه‌ای و نخی
یکی از مشکلات مرتبط با عفونت قارچی، عود مکرر بیماری است زیرا اسپور قارچ به‌طور نهفته در بدن باقی می‌ماند و اگر شرایط زمینه‌ساز مانند رطوبت فراوان، بارداری و... وجود داشته باشد، دوباره علائم ظاهر می‌شود.

**تشخیص و درمان عفونت قارچی**
تشخیص عفونت قارچی معمولاً از طریق معاینه خواهد بود ولی گاهی هم ممکن است به بررسی داروهای عفونت قارچی در دوران بارداری نیز قابل مصرف هستند و خطری ندارند. ■

نامناسب یا رفع نشدن عامل زمینه‌ای باشد. در چنین مواردی طبیعتاً درمان دارویی مؤثر نخواهد بود. به‌عنوان مثال، اگر بیمار به رعایت بهداشت فردی اهمیت ندهد و چربی روی پوست باقی بماند، قارچ زمینه رشد و تکثیر دارد و بدیهی است که با مصرف دارو بهبود نمی‌یابد. مرطوب ماندن پوست در چین‌های بدن، تعریق مداوم پوست پا در کفش و... نیز دائم محیط مناسب برای فعالیت قارچ را فراهم می‌کند. پس نکته بسیار مهم اینکه در کنار درمان دارویی توجه به رفع عامل زمینه‌ای حتماً ضروری خواهد بود.

**سلامت** : آیا پوست پس از درمان عفونت به حالت طبیعی برمی‌گردد؟
بله، با رعایت اصول بهداشت فردی و درمان مناسب، تغییر رنگ پوست ناشی از عفونت قارچی بهبود می‌یابد و پوست به وضعیت طبیعی برمی‌گردد.

**سلامت** : افرادی که به عفونت قارچی مبتلا هستند، چه مراقبت‌هایی را باید برای پیشگیری از ابتلای دیگر اعضای خانواده رعایت کنند؟

قارچ‌ها از طریق اسپور یا هاگ تکثیر می‌یابند و عملکردی شبیه کرده‌افشانی گیاهان دارند. بنابراین از طریق تماس با اجسام، خیلی سریع منتقل می‌شوند. بیمار مبتلا به عفونت قارچی باید مراقب باشد تا لباس‌هایش با دیگر اعضای خانواده شسته نشود و از استفاده مشترک کفش، دمپایی، جوراب و سایر وسایلی که در تماس مستقیم با پوست آلوده است، پرهیز گردد. بوسیدن و در آغوش گرفتن نیز اگر منجر به تماس با پوست آلوده شود، می‌تواند عامل انتقال باشد. ■

شماره هفتصدوشصت‌وسه | پانزده شهریور نودونه



عفونت گوش خارجی یکی از مشکلات شایع در تابستان به‌دلیل شنا در استخر و دریاست. در کنار این بیماری، ممکن است عفونت قارچی نیز ایجاد شود. علائم عفونت قارچی با درده احساس گزفنگی در گوش و خارش بروز پیدا می‌کند. البته خارش و احساس گزفنگی شایع‌تر است. اما اگر عفونت باکتریال نیز همراه باشد، عامل درد شدید است که با باز و بسته‌شدن دهان، تشدید می‌شود. با معاینه گوش، هایفای قارچ دیده می‌شود. اگر قارچ اسپرژیلوس باشد، رنگ سیاه دارد و اگر قارچ کاندیدا باشد، به‌شکل ترشحات خمیری سفید دیده می‌شود. برای درمان بیماری ابتدا روش‌های موضعی ضدقارچ، ضدالتهاب و تغییر PH گوش به‌حالت اسیدی درنظر گرفته می‌شود. معمولاً پس از یک تا دو هفته انتظار می‌رود که بیماری بهبود یابد. ساکنن مرتب ترشحات گوش نیز بسیار کمک‌کننده است.

**پیشگیری از عفونت قارچی گوش**
بهترین روش پیشگیری از ابتلا به عفونت قارچی گوش، استفاده از گوشی هنگام شنا و خشک‌کردن گوش با سشوار پس از استخر و حمام است. گذاشتن پنبه چرب درون گوش برای جلوگیری از ورود آب به گوش و عفونت مؤثر است.

استفاده از قطره‌هایی مانند سرکه رقیق‌شده استریل که باعث اسیدی‌شدن PH گوش می‌شود نیز مفید است.

اگر فردی مرتب گوش را می‌خاراند، باید توجه داشته باشد که این کار می‌تواند زمینه ابتلا به عفونت قارچی را تسهیل کند. این وضعیت برای افرادی که در محیط گرم زندگی می‌کنند، دچار تعریق زیاد هستند و مدت طولانی در محیط مرطوب مانند استخر و سونا حضور دارند، بیشتر اتفاق می‌افتد.

**عفونت قارچی معمولاً وخیم نیست**
عفونت قارچی گوش معمولاً وخیم و مهاجم نیست اما در بیماران مبتلا به دیابت، نقص سیستم ایمنی و افرادی که از داروهای کورتیکواستروئید خوراکی یا موضعی استفاده می‌کنند، احتمال این حالت بیشتر است و دوره‌ی بهبود طولانی‌تری دارد. حتی ممکن است فرد با فلج عصب صورت به پزشک مراجعه کند. در چنین مواردی که عفونت قارچی به جمجمه منتشر شده، گاه به درمان‌های جدی و دوره‌های چند هفته‌ای در بیمارستان نیاز است. ■



عفونت قارچی در چشم انواع مختلفی دارد اما بیشتر به درگیری قرنیه مربوط می‌شود. عفونت قارچی قرنیه‌که می‌تواند منجر به نابینایی ناشی از جوشگاه و زخم قرنیه شود، معمولاً در اثر تماس با گیاهان مانند شاخه‌ی درخت و... ایجاد و امکان رشد قارچ فراهم می‌شود. بروز این وضعیت مستلزم برهم‌خوردن حالت طبیعی چشم است و در فرد سالم خودبه‌خود دیده نمی‌شود.

عفونت قارچی قرنیه درمان خیلی طولانی را می‌طلبد و باید تحت‌نظر پزشک از داروهای ضدقارچ استفاده شود.

حتی ممکن است پس از بهبود نیاز به پیوند قرنیه باشد زیرا محل زخم شفافیت قرنیه را برای همیشه از بین می‌برد.

عفونت قارچی که شبکیه یا وتره را درگیر کند، معمولاً ناشی از انتقال قارچ توسط خون است که قارچ به‌هر دلیلی وارد خون شده است. این بیماران بدحال بستری هستند، فقط مشکل چشم ندارند، دچار تب و لرز می‌شوند و تاری دید پیدا می‌کنند که در معاینه چشم می‌توان متوجه درگیری چشم توسط قارچ به‌خصوص کاندیدا یا اسپرژیلوس شد. ■