

## پرسش

**پرسش اول:** خوردن چه مقدار شیرینی و شکلات برای کودکان بالای ۲ سال توصیه می‌شود؟ با توجه به اینکه این گروه سنی علاقه فراوانی به این خوراکی‌ها دارند و اطرافیان نیز به آنها شکلات می‌دهند، والدین برای به حداقل رساندن احتمال پوسیدگی دندان‌های شیری، باید چه نکات تغذیه‌ای را برای بچه‌ها رعایت کنند؟ بلافاصله بعد از خوردن خوراکی‌های شیرین چه کار می‌توان کرد؟ ۵۸۴\*\*\*۰۹۱۲

**پرسش دوم:** آیا مکمل خاصی وجود دارد که با مصرف آن بتوان میزان متابولیسم بدن را بالا برد و به دنبال آن وزن را پایین آورد؟ ۵۵۴\*\*\*۰۹۱۳

## پاسخ

دکتر میترا زرانی  
متخصص تغذیه  
عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران

**پاسخ اول:** توصیه بر این است که خوراکی‌های شیرین مانند شکلات و آبنبات در هر سنی با استفاده نشود یا اگر به کودک داده می‌شود، مراقب باشید به‌صورت عادت یا الگوی غذایی ثابتی درنیاوردید بنابراین توصیه تغذیه‌ای خاصی در این باره وجود ندارد که کودک چه مقدار در روز می‌تواند شکلات و شیرینی بخورد. هرچه کمتر، بهتر. به اطرافیان کودکان هم توصیه می‌شود از دادن هرگونه شکلات، آبنبات، شیرینی و... به کودکان خودداری کنند و ذائقه آنها را به خوردن مواد غذایی پرکالری و کم‌خاصیت عادت ندهند. نکته دیگر اینکه نمی‌توان گفت کودک عادت کرده هر روز شکلات بخورد، حالا چه کیمین تا اثر آن را از دندان‌هایش از بین ببریم. این عادت بد است و باید هرچه سریع‌تر تغییر کند. بد نیست بدانید با هر بار خوردن شکلات و قند ساده بزاق به شدت اسیدی می‌شود و اسیدی شدن بزاق می‌تواند مینای دندان را در خود حل کند و به دندان‌ها آسیب برساند. برای اینکه این آسیب به حداقل ممکن برسد، بهتر است پس از مصرف شکلات به کودک هویج یا سیب بدهید. بافت فیبری این مواد و جویدن مکرر آنها توسط کودک تا حدودی باعث کنده شدن مواد چسبیده شکلات‌ها و تافتی‌ها از سطح مینای دندان‌ها می‌شود و می‌تواند به سلامت آنها کمک کند.

**پاسخ دوم:** نه، مهم‌ترین عامل در کاهش وزن، کم کردن کالری دریافتی و افزایش فعالیت بدنی است. ■

## پرسش

کودکم مبتلا به کم‌خونی است و اشتهای کمی دارد. به پزشک مراجعه کردیم اما درمان نشد. چکار باید بکنیم تا اشتهایش خوب شود؟ ۵۴۲\*\*\*۰۹۱۵

## پاسخ

دکتر مجید حاجی فرجی  
متخصص تغذیه  
عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

کم‌خونی‌ها متفاوت هستند و علت‌های مختلفی هم دارند. تالاسمی یکی از علل ابتلا به کم‌خونی، به‌خصوص در دوران کودکی و نوجوانی است. متأسفانه این بیماری در کشور ما شیوع بالایی دارد بنابراین اگر وجود تالاسمی در کودکی تشخیص داده شود، بیمار باید حتماً تحت‌نظر پزشک متخصص کودکان باشد تا کم‌خونی‌اش تحت‌کنترل دربیاید. خوشبختانه کم‌خونی ناشی از تالاسمی مینور قابل‌کنترل است و کودک مبتلا می‌تواند زندگی طبیعی خود را داشته باشد. یکی دیگر از شایع‌ترین نوع کم‌خونی‌ها بین کودکان و نوجوانان، کم‌خونی فقر آهن است. کم‌خونی فقر آهن خود عاملی برای ابتی‌های و کم‌اشتهایی کودکان است. غنی‌ترین منابع غذایی حاوی آهن، گروه گوشت‌ها و پروتئین‌های حیوانی هستند که کودکان معمولاً غذاهای گوشتی را بد می‌خورند یا از بوی گوشت بدشان می‌آید. اگر کودکی کم‌خونی فقر آهن داشته باشد، در درجه اول باید رژیم غذایی سرشار از آهن برایش در نظر گرفت و با پخت غذاهای مختلف، با طعم‌هایی متفاوت و رنگ‌های زیبا و دلنشین کودک را به خوردن غذا ترغیب کرد. همچنین در صورت نیاز می‌توان با تجویز متخصص کودکان یا متخصص تغذیه، مکمل آهن به کودک داد. استفاده از مکمل‌ها طی مدتی که پزشک مشخص می‌کند می‌تواند به بهبود ذخایر آهن بدن کمک کند. علل دیگر کم‌خونی هم به راحتی قابل‌تشخیص و در زمان کوتاه‌تر قابل‌کنترل هستند بنابراین این‌طور نیست که بگوییم کم‌خونی کودک درمان نشده است. به احتمال زیاد درمان‌ها جدی گرفته نشده یا پیگیری‌های لازم انجام نشده بنابراین بهتر است زیر نظر متخصص کودکان یا تغذیه دوباره بررسی شود. ■

## پرسش

۲۲ ساله و مجرد هستم. ماستیت پستان داشتم. ۳ سال است تحت درمانم و در حال حاضر قرص آزاتیوپرین (آزارام) ۲۵ میلی‌گرمی مصرف می‌کنم. البته پزشکم دوز دارو را به مرور کم کرده است. قصد ازدواج دارم. آیا مصرف این دارو برای ازدواج مشکل ایجاد می‌کند؟ چه نکاتی را باید رعایت کنم؟ ۶۵۴\*\*\*۰۹۱۰

## پاسخ

دکتر نسرین‌السادات علوی  
فوق تخصص جراحی پستان، عضو هیات علمی مرکز  
بیماری‌های پستان جهاد دانشگاهی علوم پزشکی تهران

این دارو به مرور زمان قطع می‌شود و هیچ منعی برای ازدواج ندارد. حتی پس از قطع آن و گذشت مدت کوتاهی می‌توانید باردار شوید و منعی برای بارداری ندارید. بنابراین از این نظر نگران نباشید اما ارتباط آن را با پزشک معالج قطع نکنید. در صورت تمایل به بارداری در فاصله کوتاهی پس از ازدواج، حتماً پزشک را در جریان بگذارید. ■

## پرسش

**پرسش اول:** ۹ ماه است ازدواج کرده و با اینکه برای بچه‌دار شدن اقدام کرده‌ایم، هنوز نتیجه نگرفته‌ایم. چه مدت باید از این مساله بگذرد و چه زمانی باید به پزشک مراجعه کنیم؟ ۱۲۱\*\*\*۰۹۱۲

**پرسش دوم:** آیا می‌توان احتمال باروری مردی را پیش از ازدواج با انجام آزمایش مشخص کرد؟ ۶۰۹\*\*\*۰۹۱۰

**پرسش سوم:** به دلیل مشکل نخاعی، نعوظ کاملی ندارم. آیا درمانی برای این مشکل وجود دارد؟ آیا می‌توان با مصرف دارو یا جراحی این مساله را حل کرد؟ ۳۳۲\*\*\*۰۹۱۹

## پاسخ

دکتر محمدرضا نوروزی  
متخصص اورولوژی و عضو  
هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی  
تهران

**پاسخ اول:** باروری یک احتمال است. برای اینکه باروری حاصل شود، میلیون‌ها اسپرم باید به طرف تخمکی حرکت کنند که در زمان معینی از تخمدان‌ها آزاد می‌شود، در لوله‌های رحمی حرکت می‌کند و به سمت رحم می‌آید. اگر اسپرم‌ها و تخمک به‌موقع و در محل مناسبی با هم برخورد داشته باشند، یکی از اسپرم‌ها این شانس را دارد که در تخمک نفوذ کند و نطفه یا جنین را تشکیل دهد. بنابراین این‌طور نیست که اگر همسران سالم برای باروری اقدام کنند حتی اگر روابط زناشویی منظمی داشته باشند، همان‌وقت نتیجه بگیرند. در واقع احتمال باروری در ماه اول فقط ۱۵ درصد است؛ یعنی از ۱۰۰ زن و شوهر سالمی که روش جلوگیری از بارداری ندارند و برای باروری اقدام می‌کنند، فقط ۱۵ زوج در ماه اول شانس باروری دارند. این میزان طی یک سال به ۹۰ درصد می‌رسد. این زمان برای شما در صورتی که کاملاً سالم باشید هنوز دیر نیست و می‌توانید تا یک سال

## پرسش

**پرسش اول:** خانمی ۲۵ ساله هستم و تخمدان پلی‌کیستیک دارم. اندازه فولیکولم در سونوگرافی ۴/۵ میلی‌متر بوده است. در حال حاضر هم داروی سیپروترون کامپاند مصرف می‌کنم. آیا می‌توانم با این شرایط برای بارداری اقدام کنم یا نه؟ ۷۷۶\*\*\*۰۹۱۷

**پرسش دوم:** خانم بارداری هستم که در هفته ۱۲ بارداری به سر می‌برم. قبل از این هم سابقه ۲ بار سقط را دارم. سونوگرافی غربالگری انجام داده‌ام. جنینم هیچ مشکلی ندارد اما اطراف کیسه آب مقداری خونریزی دیده شده است. این مساله مشکلی برای جنین ایجاد نمی‌کند؟ ۶۶۵\*\*\*۰۹۱۴

**پرسش سوم:** تست پاپ‌اسمیر را باید هر چند وقت یکبار انجام داد؟ ۰۹\*\*\*۰۹۰۳

## پاسخ

دکتر مریم کاشانیان  
متخصص زنان و زایمان و استاد  
دانشگاه علوم پزشکی ایران

**پاسخ اول:** خانم‌هایی که به نشانگان تخمدان پلی‌کیستیک مبتلا هستند، معمولاً تخمک‌گذاری ندارند. داروی سیپروترون کامپاند نوعی قرص جلوگیری از بارداری است که برای درمان تنبلی تخمدان تجویز می‌شود بنابراین تا زمانی که از این

## پرسش

**پرسش اول:** شنیده‌ام یکی از مواد معدنی که در بدن موجب چربی‌سوزی و لاغری می‌شود، کروم است. آیا می‌توان مکمل آن را برای کاهش وزن مصرف کرد؟ ۸۲۲\*\*\*۰۹۳۵

**پرسش سوم:** آیا مصرف آسپیرین برای خانم سالمندی که روزی ۲ بار قرص فشار آنتولول ۵۰ و مکمل‌های کلسیم و ویتامین D و آهن مصرف می‌کند، خوب است؟ ۶۵۴\*\*\*۰۹۰۳

## پاسخ

دکتر حسین ایمانی  
متخصص تغذیه و عضو  
هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی  
تهران

**پاسخ اول:** نقش کروم در چربی‌سوزی و کاهش وزن در همه مقالات علمی تغذیه به اثبات نرسیده است. برخی مقالات این نقش کروم را تایید و برخی دیگر هم آن را رد می‌کنند. گفته می‌شود کروم می‌تواند باعث

همچنان شانس‌تان را امتحان کنید و نیازی به مراجعه به مراکز ناباروری ندارید اما اگر شما یا همسران سابقه ابتلا به بیماری‌هایی که می‌توانند برای باروری اختلال ایجاد کنند، داشته باشید، باید برای بررسی بیشتر به پزشک مراجعه کنید. به‌عنوان مثال اگر رشد بیضه در مردی خوب نباشد یا سابقه جراحی بیضه داشته باشد یا در دوران کودکی بیضه پایین نیامده باشد و با جراحی آن را پایین آورده باشند، سابقه واریکوسل یا واریس بیضه داشته باشد که شایع‌ترین علت ناباروری در مردان است یا خانم سابقه عفونت رحم یا لوله‌های فالوپ داشته باشد، لازم نیست یک سال صبر کنید، بلکه باید زودتر به پزشک مراجعه کنید تا مشکلاتش زودتر حل شود. انجام آزمایش اسپرموگرام یا بررسی و شمارش اسپرم‌ها بهترین راهی است که می‌توان مرد را از نظر توانایی باروری مورد بررسی قرار داد. نتیجه خوب این آزمایش هر چند صد درصد نشانه بارور بودن مرد نیست، احتمال باروری بالای مرد را نشان می‌دهد. همچنین نتیجه این آزمایش مشخص می‌کند مرد باید برای باروری عجله کند یا فعلاً دست نگه دارد یا مدتی دارو مصرف کند یا جراحی شود.

**پاسخ دوم:** امروزه برخی آزمایش‌های غربالگری به‌صورت منظم برای زن و شوهرها قبل از ازدواج درخواست می‌شود که مهم‌ترین آنها آزمایش تالاسمی است و اگر هر دو تالاسمی مینور داشته باشند بهتر است با هم ازدواج نکنند. علاوه بر اینها برخی همسران قبل از ازدواج و در دوران نامزدی به پزشکان متخصص اورولوژی مراجعه می‌کنند تا از لحاظ باروری مردانه و میزان و کیفیت اسپرم‌ها هم آزمایش بدهند. البته در فرهنگ ما معمولاً قبل از ازدواج حرفی از مسائل جنسی زده نمی‌شود و بعد از ازدواج بسیاری از مشکلات در این زمینه آغاز می‌شوند که شامل توانایی مرد، توانایی زن، انتظارات همسران از هم، توان ارتباط منظم، وضعیت جسمی مرد، زودانزالی و... است که متأسفانه بسیاری از این مسائل حل‌نشده باقی می‌ماند و باعث آسیب

به بنیاد خانواده و حتی طلاق می‌شوند. توصیه ما این است که همه این مسائل در کلاس‌های آموزشی که برای همسران گذاشته می‌شود، تشریح شود. یکی از مهم‌ترین این مسائل بحث باروری زن و مرد است. ما به همه افراد توصیه نمی‌کنیم قبل از ازدواج به پزشک مراجعه کنید که متوجه شوند بچه‌دار می‌شوند یا نه اما اگر زن و مرد زمینه‌ای از بیماری خاصی که می‌تواند روی باروری اثر بگذارد، داشته باشند باید قبل از ازدواج برای بررسی وضعیت باروری خود به پزشک مراجعه کنید. از جمله این موارد می‌تواند به رشد نامناسب ریش و سیبیل در مردان، بلوغ دیررس یا بلوغی که با مصرف دارو انجام شده، سابقه جراحی روی بیضه، بیضه نزول‌نکرده، پیچ‌خوردگی بیضه در اثر حادثه، ابتلا به واریکوسل یا واریس بیضه، خوب نبودن نعوظ صبحگاهی و... اشاره کرد.

**پاسخ سوم:** نعوظ یا سفت شدن عضو تناسلی در مردان به معنای توانمندی جنسی است. این حالت که ناشی از ورود خون به عضو تناسلی است باید پایدار باشد؛ یعنی خون پس از ورود تا زمان انزال کامل، خارج نشود. علاوه بر این فرد باید اقتدر قدرت داشته باشد که توانایی برقراری رابطه زناشویی و درنهایت انزال را هم داشته باشد. در بسیاری از موارد عصب‌هایی که درخواست تناسلی مردان عصب‌رسانی می‌کنند، در افراد دچار ضایعات نخاعی آسیب می‌بینند و این مساله باعث می‌شود درگ‌ها خوب باز نشوند و خون کافی به عضو تناسلی مرد وارد نشود. برای کمک به این افراد معمولاً داروهایی تجویز می‌شود که فرد باید آنها را قبل از رابطه زناشویی مصرف کند. برخی داروهای تزریقی هم هستند که به فرد آموزش داده می‌شود تا قبل از رابطه زناشویی آن را در آلت تزریق کند تا بتواند نعوظ داشته باشد. به تازگی هم استفاده از پروتزها یا وسایلی که می‌توان آنها را با جراحی داخل عضو تناسلی کار گذاشت، مطرح شده است. پروتزها انواع ثابت و متغیر دارند و فرد را قادر می‌کنند رابطه زناشویی مناسبی داشته باشد. ■

بیشتری داشته باشد روش‌های متعدد دیگری هم وجود دارد. مثلاً استفاده از برس‌هایی که می‌توانند سلول‌های بیشتری را به سیتولوژیست یا پزشک متخصص پاتولوژی تحویل بدهد، یکی از این روش‌هاست. فایده این برس‌ها آن است که تعداد سلول‌های برداشته‌شده از گردن رحم بیشتر است و راحت‌تر می‌توان مورد آنها قضاوت کرد. این روش را هم باید هر سال انجام داد. در صورتی که ۳ سال پشت‌سر هم نتیجه پاپ‌اسمیر منفی باشد و جواب غیرطبیعی نداشته باشد می‌توان از آن به بعد تست پاپ‌اسمیر را هر ۳ تا ۵ سال یکبار تکرار کرد. پاپ‌اسمیر روش دیگری هم دارد که پس از ارزیابی‌های انواعی از HPV با ویروس زگیل تناسلی که با سرطان گردن رحم ارتباط دارد، ابداع شده است. این روش جدید مجموعه‌ای از پاپ‌اسمیر و بررسی از نظر انواع پرخطر ویروس HPV در گردن رحم است. در صورتی که پاسخ این تست هم طبیعی و خوب باشد می‌توان آن را هر ۵ سال یکبار تکرار کرد. لازم به ذکر است سن شروع پاپ‌اسمیر در کشورهای مختلف با هم تفاوت دارد. برخی پزشکان معتقدند از زمانی که فعالیت جنسی در خانمی شروع می‌شود باید سالانه تست پاپ‌اسمیر انجام بدهد. انتهای سن پاپ‌اسمیر هم در کشوری مانند انگلیس ۶۵ سالگی است اما در بسیاری از کشورهای باید تا ۷۵ سالگی یا حتی ۸۰ سالگی انجام شود. ■

**پاسخ دوم:** بیشتر پزشکان به افراد بالای ۵۰ سال توصیه می‌کنند، برای پیشگیری از غلظت خون و کاهش خطر لخته شدن، روزی یک قرص آسپیرین ۸۰ میلی‌گرمی مصرف کنند اما اگر فردی از داروهایی استفاده می‌کند که مصرف آنها خود باعث رقیق شدن خون می‌شود دیگر نیازی به خوردن آسپیرین نخواهد داشت. از جمله این داروها می‌توان به وارفارین یا گروه کو مارین‌ها و... اشاره کرد. بنابراین مصرف همزمان این داروها باید حتماً زیر نظر پزشک باشد و خوردن خودسرانه آسپیرین همراه سایر داروها به هیچ‌وجه توصیه نمی‌شود. در صورتی که فرد سالمند یا میانسال از داروی دیگری که منجر به رقیق شدن خون می‌شود، استفاده نکند یا عارضه دیگری مثل مشکلات انعقادی خون نداشته باشد می‌تواند روزی یک قرص آسپیرین ۸۰ میلی‌گرمی مصرف کند. هرچند مصرف داروهای فشارخون یا مکمل‌هایی که به آنها اشاره کرده‌اید با مصرف آسپیرین تداخلی ندارد، بهتر است برای مصرف هر نوع دارویی با پزشک معالج‌تان مشورت کنید. ■

کروم را برای بیمارشان تجویز کند، نخست انجام آزمایش‌هایی را درخواست خواهد کرد. **پاسخ دوم:** بیشتر پزشکان به افراد بالای ۵۰ سال توصیه می‌کنند، برای پیشگیری از غلظت خون و کاهش خطر لخته شدن، روزی یک قرص آسپیرین ۸۰ میلی‌گرمی مصرف کنند اما اگر فردی از داروهایی استفاده می‌کند که مصرف آنها خود باعث رقیق شدن خون می‌شود دیگر نیازی به خوردن آسپیرین نخواهد داشت. از جمله این داروها می‌توان به وارفارین یا گروه کو مارین‌ها و... اشاره کرد. بنابراین مصرف همزمان این داروها باید حتماً زیر نظر پزشک باشد و خوردن خودسرانه آسپیرین همراه سایر داروها به هیچ‌وجه توصیه نمی‌شود. در صورتی که فرد سالمند یا میانسال از داروی دیگری که منجر به رقیق شدن خون می‌شود، استفاده نکند یا عارضه دیگری مثل مشکلات انعقادی خون نداشته باشد می‌تواند روزی یک قرص آسپیرین ۸۰ میلی‌گرمی مصرف کند. هرچند مصرف داروهای فشارخون یا مکمل‌هایی که به آنها اشاره کرده‌اید با مصرف آسپیرین تداخلی ندارد، بهتر است برای مصرف هر نوع دارویی با پزشک معالج‌تان مشورت کنید. ■

کروم را برای بیمارشان تجویز کند، نخست انجام آزمایش‌هایی را درخواست خواهد کرد.

**پاسخ اول:** شنیده‌ام یکی از مواد معدنی که در بدن موجب چربی‌سوزی و لاغری می‌شود، کروم است. آیا می‌توان مکمل آن را برای کاهش وزن مصرف کرد؟ ۸۲۲\*\*\*۰۹۳۵

**پرسش سوم:** آیا مصرف آسپیرین برای خانم سالمندی که روزی ۲ بار قرص فشار آنتولول ۵۰ و مکمل‌های کلسیم و ویتامین D و آهن مصرف می‌کند، خوب است؟ ۶۵۴\*\*\*۰۹۰۳

## پرسش

چرا برخی پرتقال‌های خریداری‌شده دارای قسمت‌های کم‌آب و خشک و قسمت‌های آبدار هستند و برخی دیگر کلا خشک‌اند؟ چرا برخی کیوی‌ها سفت هستند؟ آیا این موارد، نشانه کهنگی میوه‌های یادشده است؟ ۶۷۱\*\*\*۰۹۱۲

## پاسخ

دکتر عباس بدالهی  
متخصص بیوتکنولوژی و اصلاح درختان  
عضو هیات علمی دانشگاه  
تربیت مدرس

پرتقال میوه‌ای است که هرچقدر روی درخت بماند، نمی‌افتد. هرچه میوه دیر چیده شود میزان خشکی آن بیشتر می‌شود. همچنین اگر درخت دچار سرمازدگی شود یا به عبارتی دچار تنش سرمایی شود یا آب کافی در اختیار درخت قرار نگیرد و دچار تشنگی شود، آب مورد نیاز خود را از میوه جذب می‌کند. بنابراین اگر باغدار مرکبات، به خوبی به درختان ترسد و آب کافی در اختیار آنها قرار ندهد یا بارندگی کافی نباشد، پرتقال‌های آبدار برداشت نخواهد کرد.

کیوی هم میوه‌ای است که حالت فرازگرا دارد؛ یعنی میوه در دو مرحله می‌رسد. میوه‌هایی مانند موز، سیب، خرمالو، انبه و بعضی مرکبات میوه‌های فرازگرا هستند؛ یعنی وقتی به مرحله خاصی از رشد می‌رسند، با اینکه هنوز سفت و تقریباً غیرقابل‌خوردن هستند می‌توان آنها را چید. سپس میوه‌های چیده‌شده را پس از حمل و نقل و در انبار به شکل مصنوعی و با استفاده از گاز اتیلن می‌رسانند. هدف از این کار آن است که میوه‌ها طی برداشت و حمل و نقل و تا رسیدن به بازار آسیب نبینند. کیوی‌های سفت هنوز به مرحله رسیدن کامل نرسیده‌اند و اگر کمی صبر کنید پس از مدتی نرم می‌شوند. خوردن کیوی سفت از نظر سلامت مشکلی ندارد و به هیچ‌وجه نشانه کهنگی میوه نیست. اتفاقاً نشان می‌دهد میوه هنوز به طور کامل نرسیده است. در واقع کیوی هر چه بماند، نرم‌تر می‌شود. ■

## پرسش

۵۹ ساله هستم و دچار بیماری لیکن پلان در دهان شده‌ام. ابتدا زبانه‌ام را گرفتار کرده بود و اکنون دو گونه‌ام را درگیر کرده است. به پزشک متخصص پوست مراجعه کردم. حدود ۳ ماه کورتون مصرف کردم. ۳ بار هم آمپول تزریقی به دو گونه‌ام تزریق شد. آیا به جز مصرف کورتون راه دیگری برای درمان این بیماری وجود دارد؟ در ضمن هیچ بیماری خاص دیگری ندارم. ۳۲۵\*\*\*۰۹۱۷

## پاسخ

دکتر سیدمهدی طبایی  
متخصص پوست  
رئیس مرکز تحقیقات  
لیزر در پزشکی جهاد  
دانشگاهی

لیکن پلان یکی از بیماری‌های نسبتاً شایع و جزو بیماری‌های مزمن پوستی است. این بیماری ممکن است تظاهرات مختلفی در انسان داشته باشد و هم مخاط از جمله مخاط‌دهانی با سایر قسمت‌ها از جمله مخاط تناسلی را درگیر کند و هم در ناحیه پوست و حتی موی سر ایجاد شود. بنابراین علامت‌ها توجه به قسمتی از بدن که درگیر این بیماری می‌شود، متفاوت خواهد بود. متأسفانه یکی از مقاوم‌ترین انواع لیکن پلان، نوع دهانی آن است، به‌خصوص اگر به‌صورت زخم‌تظاهر پیدا کند بنابراین لازم است فرد از درمان‌های مناسب و طولانی‌مدتی استفاده کند. گام اول در درمان این بیماری استفاده از کورتون است و ما چاره‌ای جز مصرف این دارو نداریم زیرا لیکن پلان ماهیتاً بیماری پیشرونده‌ای است و نوعی بیماری التهابی محسوب می‌شود و زمینه‌های ارثی در بروز آن نقش دارند. از این‌رو لازم است این التهابات در بدن سرکوب شوند. توصیه می‌کنم در درمان این بیماری و مصرف کورتون‌ها صبور باشید. متخصص پوست براساس پیشرفت بیماری، میزان بهبودی نوع و دوز داروهایی که قبلاً استفاده کرده‌اید حتماً توصیه‌هایی برایتان خواهد داشت. سعی کنید در فواصل مشخص ویزیت شوید و درمان‌ها را به‌صورت تزریقی و خوراکی ادامه بدهید. گاهی اوقات جایگزین‌هایی برای کورتون‌ها وجود دارد که ممکن است با نظر پزشکان قابل‌مصرف باشد. ■