



## Informasjon

Om oss

Aktiviteter

Noen å snakke med

Hud & Helse

Vi mener

Bli medlem

For medlemmer

Medlemsfordeler

Min side

Send oss oppdateringer

Tillitsvalgt i PEF

Information in other languages

By language

By diagnosis

Landsmøtet

Likeperson i PEF

Hjem

## الصدفية

🌐 English | Українська (Ukrainsk) | Polski | Dawvisámegiili (Samisk) | Русский (Russisk) | Español | Af-soomaali | العربية (Arabisk)

الصدفية هي مرض جلدي مزمن التهابي، يتميز المرض بزيادة سرعة إنتاج خلايا الجلد عن المعدل الطبيعي نتيجة اختلال في جهاز المناعة. يؤدي ذلك إلى التهاب في الجلد يظهر على شكل بقع مرتفعة وقشرية على الجلد. نزل ملف PDF هنا.

### عن

## الصدفية

الصدفية هي مرض جلدي يؤدي إلى ظهور بقع محددة وسميكة ومتقشرة على الجلد تُعرف باسم "اللويحات". يعتمد لون هذه اللويحات على نوع البشرة؛ حيث تظهر بلون أحمر أو وردي على البشرة الفاتحة بينما قد تبدو بنّية أو أرجوانية أو رمادية على البشرة الداكنة، أما القشور التي تغطي اللويحات فتُعرف باسم "القشور" وعادةً ما يكون لونها أبيض أو فضي.



(iStock) صدفية فروة الرأسصورة

**درجة الإصابة.** تختلف حدة الصدفية من شخص لآخر. فمعظم الأشخاص يعانون من الصدفية في مناطق صغيرة ومحدودة، بينما قد يعاني البعض الآخر من حالات أكثر حدة، حيث تصيب مساحات واسعة من الجلد بطفح جلدي شديد، بالإضافة إلى مشاكل في المفاصل وأعراض أخرى.

**الصدفية مرض مزمن** يتميز بفترات تختفي فيها الأمراض أو تكون خفيفة، تليها فترات تزداد فيها الأعراض سوءًا وتصبح أكثر حدة.

**التشخيص.** يتم التشخيص بواسطة طبيب (طبيب عام أو طبيب أمراض جلدية) بناءً على الجمع بين التاريخ الطبي للمريض والفحص السريري للجلد، عادةً لا تكون هناك حاجة إلى فحوصات إضافية، ولكن إذا كان هناك شك، قد يأخذ الطبيب عينة صغيرة من الجلد (خزعة) لفحص الطغج الجلدي.

## السبب

يعود سبب الصدفية إلى عوامل معقدة لم يتم فهمها بالكامل بعد، لكن من المعروف أن الجهاز المناعي، العوامل الوراثية، والعوامل البيئية تلعب دورًا في تطورها. هناك أمر مؤكد: أن الصدفية ليست مرضًا معديًا. لا يمكنه الإصابة بها عن طريق لمس شخص مصاب، أو السباحة في نفس المسبح، أو من خلال الاتصال الحميم. غالبًا ما يتم تحفيز الصدفية بواسطة عوامل معينة تؤدي إلى ظهور الأعراض أو تفاقمها. تختلف هذه العوامل من شخص لآخر، وقد تشمل **عوامل المحفزات** **المعدية**، التوتر، الإصابة بالجلد أو تهيجها (**ظلال عكسيتي**)، أو التفجرات الهرمونية.

## الأعراض والموقع

تسبب الصدفية عادة مناطق جافة من الجلد مغطاة بالقشور. قد يعاني بعض الأشخاص من الحكة أو الشعور بالألم في المناطق المصابة.

منذ أنواع مختلفة من الصدفية، ولكل منها أعراض ومواقع مختلفة على الجسم. بعض الأنواع أكثر شيوعًا من غيرها، ومن الممكن أن يصاب الشخص بعدة أنواع في الوقت نفسه.

- **الصدفية اللويحية (النور)** أكثر أنواع الصدفية شيوعًا بين البالغين، وتتميز ببقع محددة مغطاة بالقشور، غالبًا على فروة الرأس والرفق والركبتين.
- **صدفية فروة الرأس (النور)** نوع من الصدفية اللويحية، وقد تؤثر على أجزاء من فروة الرأس أو تغطيها بالكامل.
- **الصدفية النقطية (النور)** أكثر شيوعًا بين المراهقين والشباب، وترتبط بحدوث الحلق الناتجة عن البكتيريا المعوية. تظهر فجأة على شكل بقع صغيرة تشبه القطرات، وتنتشر بشكل متماثل على مناطق واسعة من الجسم. يمكن أن تتطور إلى الصدفية اللويحية.
- **الصدفية العكسية (النور)** تظهر في طبقات الجلد مثل الإبط، والأربية، وتحت الثديين أو طبقات البطن. تتميز ببقع كبيرة ولسان، ولا سيما في هذه المناطق.
- **صدفية الأظافر (النور)** يمكن أن تصاحب جميع أنواع الصدفية، وتسبب تغيرات في الأظافر مثل التقشر أو زيادة السماكة أو عدم الانتظام، أو تغير اللون، وقد تؤدي إلى انفصال الظفر عن الإصبع.

الالتهاب الناتج عن الصدفية يمكن أن يؤثر على أعضاء وأنسجة أخرى في الجسم، قد يعاني الأشخاص المصابون بالصدفية أيضًا من مشاكل صحية أخرى، وهو ما يُعرف باسم الأمراض المصاحبة. الصدفية مرتبطة بشكل خاص بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، السكري، الحلق، الاكتئاب، والمتلازمة الأيضية. 10-15% من المصابين بالصدفية يعانون أيضًا من آلام في المفاصل (التهاب المفاصل الصدفي).



صورة الصدفية اللويحية على

الركبتين والذراع

## الانتشار

يُعتقد أن 3.8-4.6% من الأشخاص في النرويج يعانون من الصدفية (إحصائيات عام 2023). عادة ما تبدأ الأمراض بين سن 15-25 عامًا، ولكن يمكن أن تظهر في أي عمر. يصاب الرجال والنساء بنفس المعدل بالصدفية.

## التوقعات والعلاج

لا يوجد علاج يمكن أن يُشفي من الصدفية، ولكن باستخدام العلاج المناسب يمكن تقليل الأعراض بحيث يصبح المرض أقل تأثيرًا في الحياة اليومية.

**العلاج.** يتم تحديد العلاج بناءً على نوع هذه الصدفية، هناك مجموعة واسعة من العلاجات للصدفية، لكن تحديد الأنسب يمكن أن يكون صعبًا. يبدأ العلاج عادة بالعلاج الموضعي (المرحلة 1)، وإذا لم تكن هذه العلاجات فعالة بما فيه الكفاية أو لا يمكن استخدامها، يتم تجربة الخطوة التالية في العلاج.

### المرحلة 1: العلاج الموضعي

إزالة القشرة / أو القشورات

الحمامات الطبية

الأدوية الموصوفة؛ كريمات، مراهم، جل، محاليل، شامبو، وما إلى ذلك.

### المرحلة 2: العلاج بالضوء

العلاج الطبي بالضوء (UVB/PUVA)

العلاج المناعي (اقرأ المزيد هنا)

### المرحلة 3: العلاج الجهازي

الأدوية غير البيولوجية المعدلة للأمراض

### المرحلة 4: العلاج المناعي

الأدوية البيولوجية

الأدوية البيولوجية البديلة

اقرأ المزيد عن علاج الصدفية باللغة النرويجية هنا.

## الحياة مع الصدفية

على الرغم من أن الصدفية قد تكون مجرد إزعاج بسيط لبعض الأشخاص، إلا أنها قد تؤثر بشكل كبير على نوعية الحياة لأولئك الذين يعانون من حالات جديدة، يمكن أن تؤثر الصدفية على علاقة تكيفية التعاامل مع التوتر. وقد تؤثر حتى على جوانب من حياتك قد لا تتوقعها، مثل الملابس التي تختار ارتداها.

**برامج الدعم.** يمكن للأشخاص المصابين بالأمراض الجلدية المزمنة الحصول على دعم ما لي تتأمن المتطلبات والأدوية التي لا تتطلب وصفات طبية، للحصول على تعويض من التأمين الصحي، يجب أولاً التقدم للالتحاق بنظام الدعم، ويجب أن يتم ذلك من قبل طبيب الأمراض الجلدية الخاص بك.

اقرأ المزيد عن حقوقك وكيف يمكنك الحصول على تعويض هنا!

**القدرة على العمل والتكيف.** العديد من الأشخاص الذين يعانون من الصدفية يستطيعون العمل بكفاءة إذا تم توفير الظروف المناسبة. ويقع على عاتق صاحب العمل مسؤولية التكيف مع حالتهم، ويجب أن يتم تعديل بيئة العمل بالتشاور مع الطبيب لضمان تلبية احتياجاتك بشكل يتناسب مع قدرتك الوظيفية.

هل لديك أسئلة حول حقوقك كمرضى مزمن؟ اتصل **بجانب حقوق** FFO على الرقم: 23 90 51 55

