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

ሕዱር ዕንፍሩር

English | Українська (Ukrainsk) | Polski | Davvisámegillii (Samisk) | Русский (Russisk) | Español | Af-soomaali | العربية (Arabisk) | **ትግርኛ (Tigrinja)**

ሕዱር ዕንፍሩር ዝመጽእን ዝጠፍእን ዓይነት ክኸውን ከሎ ነቖርበትና ብሰሓ ወይ ብምቅጻል እዩ ዝፍለጥ። ሕዱር ዕንፍሩር ኣብ ቆርበትና ተውሳስ መሳሊ ካብ መዓልትታት ስጋብ ሰሙን ካብኡ ሓሊፉ እውን ንልዕሊ ሽዱሽተ ሰሙናት ክረአ ይኽእል። እቲ ዕንፍሩር ብሰንኪ ኣብ አካላትና ዝፍጠር ዝይምቅዳው ወይ ከኣ በሰንኪ ግዳማዊ ባእታታት ክፍጠር ይኽእል፡ ወይ እውን እዚኦም ክልቲኦም ምኽኒታት ብሓንሳብ ክኸሰቱ ይኽእሉ።

ኣንዱ ፒ.ዲ.ኤፍ እዚ ይምልከት

ምስሊ፡ iStock

ሕዱር ዕንፍሩር

ሕዱር ዕንፍሩር ኤልቨብሌስት ተባሂሉ እውን ይፍለጥ። ኣብ ቆርበትና ብምሕካኽ ብዝፍጠር ሕበጥ (ዕንፍሩር/ተውሳስ) ዝልለ ልሙድ ሕማም ቆርበት እዩ። ዕንፍሩር ኣብ ዝኾነ ቦታ ቆርበት ክኸሰት ይኽእል እዩ፣ እቲ ዕንፍሩር ንኽፍጠር ድማ ብዙሕ ምኽንያታት ክህልዎ ይኽእል። ኣብ መንጎ ብሃንደበት ዝፍጠር ዕንፍሩር፡ ብግዳማዊ ባእታት ዝፍጠር ዕንፍሩር ከምኡዊን ብሰንኪ ኣብ አካላትና ዝፍጠር ዘይምቅዳው ዝፍጠር ዕንፍሩር ፍልልይ ይህሉ።

ኣብ ጽዕድው ዝበለ ቆርበት፡ እቲ ዕንፍሩር ሮዛ ወይ ቀይሕ ክመስል ይኽእል፡ ኣብ ጸሊም ዓይነት ቆርበት ድማ፡ እቲ ካብቲ ነድሪ ዝመጽእ ምቕያሕ ኩሉ ግዜ ኣይክረአን እዩ። ኣብ ክንዲ ቀያሕቲ ዝኾኑ፡ ምስቲ ኣብ ከባቢኦም ዘሎ ቆርበት ሓደ ዓይነት ሕብሪ ክህልዎም ይኽእል፡ ወይ ድማ ቁሩብ ቅይሕ ዝበለ ወይ ዝጸለመ ክመስል ይኽእል።

ነጸርታ ኣብ ውህሉል ናይቲ ሕሙም ዝለዎ ሕክምናዊ ታሪኽ፡ ከምኡ'ውን ብሓኪም ኣብ ዝገብሮ ክሊኒካዊ መርመራ ቆርበት ዝተመርኮሰ እዩ። ሕዱር ዕንፍሩር ዝኽይድን ዝመጽእን ክኸውን ስለ ዝኽእል፡ ኣብ ቤት ጽሕፈት ሓኪም ኣብ እትከደሉ እዋን ኩሉ ግዜ ከቢድ ምልክታት ከይህልወካ ይኽእል። ስለዚ እቲ ዕንፍሩር ኣብ ቆርበትካ ኣብ ዝረኣየሉ እዋን ስእሊ ምውሳድ፡ ኣብ ዝቕጽል ቆጸራኻ ናብ ሓኪም ከተርእዮ ሓጋዚ ክኸውን ይኽእል እዩ።

እቲ ሕማም ተላባዒ ኣይኮነን።

ጠንቂ

ሕማም ዕንፍሩር ሂስታሚን ሓዊሱ ዝተወሰኑ ንጥረ ነገራት ናብ ደምካ ብምፍናው ዝመጽእ እዩ ። እዚ ምፍናው ኣብ ደጋዊ ንጣብ ቆርበት ምስ ዝፍጠር፡ ውጽኢቱ ዕንፍሩር ይኸውን። መብዛሕትኡ ግዜ ንምንታይ ሕዱር ዕንፍሩር ከም ዘጋጥም ወይ ንምንታይ ሕዱር ዕንፍሩር ሓደ ሓደ ግዜ ንነዊሕ እዋን ዝጸንሕ ጸገም ከም ዝኸውን ኣይፍለጥን። ሕዱር ዕንፍሩር ብሰንኪ ኣለርጂ ዝመጽእ ኣይኮነን፣ ስለዚ ድማ ናይ ኣለርጂ ገምጋም ኣድላዪ ኣይኮነን።

ሕዱር ዕንፍሩር ኣብ ክልተ ዓይነት ክምቀል ይኽእል፤

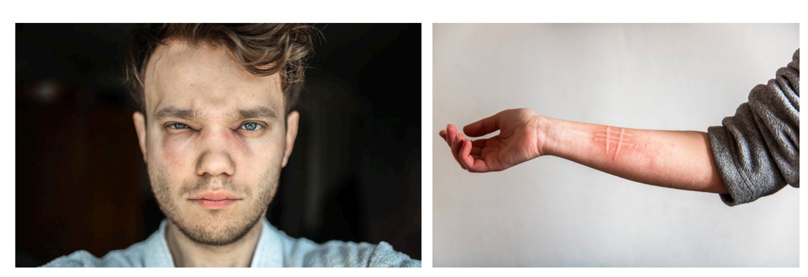
- **ሕዱር ስፖንታይን ዩርቲካርያ** ብግዳማዊ ረቛሒታት ዝብገስ ኣይኮነን። እዚ ዓይነት እዚ ኣስታት 90% ካብቶም ሕዱር ዕንፍሩር ዘለዎም እዩ።
- **ሕዱር ኢንዱስባር ዩርቲካርያ** ብግዳማዊ ረቛሒታት (ንኣብነት፡ ሙቐት፡ ቁሪ፡ ምሕካኽ ወይ ጸቕጢ) ዝመጽእ እዩ።

ምልክታትን ኣቀማምጣን

ምልክታት ኣብ ቆርበት ብመልክዕ ዕንፍሩር ይረአ። እቲ ዕንፍሩር ኣብ ዝኾነ ቦታ ኣካላትና ክረአ ዝኽእል ኮይኑ፡ ከከም ዓይነት ቆርበትካ ቀይሕ፡ ወይናይ ወይ ከምቲ ናይቲ ሰብ ሕብሪ ቆርበት ክህልዎ ይኽእል። እቲ ዕንፍሩር ንጹር ኮይኑ ኣብ ቆርበት ከም ዝርአ ሕበጥ ኮይኑ ይረአ። እቶም ኣብ ቆርበት ዝረኣዩ ዕንፍሩራት ብዓቐን ክፈላለዩ፣ ቅርጾም ክቕይሩ፣ ክጠፍኡን ብተደጋጋሚ ክምለሱን ይኽእሉ። እቲ ቆርበት/ዕንፍሩር መብዛሕትኡ ግዜ ምሕካኽ፡ ምልስላስ ወይ ሓደ ሓደ ግዜ ክትትንክፎ ከለኻ ቃንዛ ይስምዓካ።

ሃንደበት ዝፍጠር ዕንፍሩረን ሕዱር ዕንፍሩርን። ኣብ ሕዱር ዕንፍሩር፡ መብዛሕትኡ ግዜ እቲ ረስንን ምሕካኽን ኣብ ውሽጢ 12-24 ሰዓታት ይውዳእ፡ እንተኾነ ግን እቲ ምልክታት ክሳብ ሽዱሽተ ሰሙን ክመጽእን ክኸይድን ይኽእል። ምልክታት ኣብ መብዛሕትኡ መዓልታት ናይቲ ሰሙን እንተተራእዩን ንልዕሊ 6 ሰሙን ዝጸንሑን እንተኾይኑ፡ ከም ሕዱር ዕንፍሩር ይቖጸር።

ሕበጥ ምስ ሕማም ዕንፍሩር ክኸሰት ይኽእል። ሕበጥ ኣብ ዝዓሞቐ ክፋላት ቆርበት ዝፍጠር ኮይኑ መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ ሽፋን ዓይንን ከንፈርን ይኽሰት። ምስ ሕበጥ፡ ካብ ምሕካክ ንላዕሊ፡ ምንዳድ ወይ ጸቕጢ ዝስምዓካ ስምዒት ይርአ። እቲ ካብ እዚ ተርእዮ ዝመጽእ ሕበጥ ክሳብ ሰለስተ መዓልቲ ክጸንሕ ይኽእል።



ምስሊ፡ *ኣብ ገጽ ዝረኣ ሕበጥ (ጸጋም)፡ ብምልሕጻጽ ዝብገስ ዕንፍሩር (ደርሞግራፊዝም) (የማን)። (iStock)*

ተርእዮ

ሕዱር ዕንፍሩር ሳሕቲ ዝረአ ኩነታት እዩ። ኣስታት 1% ካብ ህዝቢ ሕዱር ዕንፍሩር ከምዘለዎ፡ ካብ ደቂ ተባዕትዮ ብዕጽፊ ንደቂ ኣንስትዮ ከምዘጥቅዕን ይእመን። እቲ ሕማም መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ ግዜ ብጽሕና እዩ ንፈለማ እዋን ዝጅምር።

ሕዱር ዕንፍሩር ኣብ ኩሉ ዕድመ፡ ኣብ ደቂ ተባዕትዮን ደቂ ኣንስትዮን ክኸሰት ይኽእል። ኣስታት 15-20% ካብ ህዝቢ ኣብ ገለ እዋን ህይወቶም ሕዱር ዕንፍሩር የጋጥሞም እዩ።

ምስሊ፡ *ኣብ ድሕሪት እግሪ ዝርከብ ዕንፍሩር። (iStock)*

ቅድመ ገምጋምን ሕክምናን

ቅድመ ገምጋም ውጺታዊ ዝኸውን ብግቡእ ሕክምናን ካብ መበገሲ ረቛሒታት ብምውጋድን እዩ። መብዛሕትኡ ግዜ እቲ ሕማም ኣብ ውሽጢ ሰሙናት፡ ኣዋርሕ ወይ ዓመታት ባዕሉ ይፍወስ። ካብ መበገሲ ረቋሒታት ጥራይ ብምውጋድ ካብ ሕዱር ዕንፍሩር ምፍዋስ ኣጸጋሚ ክኸውን ይኽእል እዩ ። ሓደ ሓደ ግዜ ንሕማም ዕንፍሩርካ እንታይ ከም ዝድርኽ ኣይትፈልጥን ትኸውን።

ሕክምና ምልክታት ንምቁጽጻር ዝዓለመ ሓያሎ ስጉምትታት ዝሓዘ እዩ። ጽቡቕ መርመራ ቅኑዕ ሕክምና ንምጅማር ቅድመ ኩነት እዩ። መብዛሕትኡ ፍወሳ ሕዱር ዕንፍሩር ልዑል መጠን ጸረ-ሂስታሚን ብምሃብ ኮይኑ፡ ኣብ ርእሲ'ቲ ንመበገሲ ረቋሒታት ምውጋድን እዩ። ጸረ-ሂስታሚን እኹልን ውጽኢታዊን እንተዘይኮይኑ፡ ብናይ ቆርበት ሓኪም ስርዓታዊ ሕክምና ምግባር እውን ይከኣል እዩ።

ህይወት ምስ ሕዱር ዕንፍሩር

ምስ ሕዱር ዕንፍሩር ምንባር ንኣካላዊ ሂወትካ፡ ኣእምሮኣዊ ጥዕናኻን ዝምድናታትካን ክጸልዎ ስለ ዝኽእል፡ ንምእማኑ ዘጸግም በዳሂ ክኸውን ይኽእል። መጽናዕትታት ከም ዘመልክትዎ፡ ግቡእ ሕክምና ምግባር ንዓይነት ህይወት ሕሙማት ብዓቢኡ ከማሓይሽ ይኽእል።

ሓደ ካብቲ ክትገብሮ እትኽእል ኣገዳሲ ነገራት፡ ንኹነታትካ ዝበለጸ ውጽኢታዊ ሕክምና ንምርካብ ምስ ሓኪምካ ምዝርራብ እዩ። ነቲ ምልክታት ብዝበለጸ ምቁጽጻር እንተተጌሩሉ ፡ ነቲ ሕማም ንምጽዋር ዝቐለለ ክኸውን እዩ።

ከም ሕዱር ሓማም ዘለዎ ሰብ መጠን **ብዛዕባ መሰላትካ** ኣብዚ ኣንብብ!

ከም ሕዱር ሕማም ዘለዎ ሰብ መሰልካ ዝምልከት ካልእ ሕቶታት ኣለካ ድዩ? ብ መስመር ቴሌፎን መሰላት ኤፍ.ኤፍ.ኦ. 23 90 51 55 ተወከስ።

Psoriasis- og eksemforbundet
Postboks 6547 Etterstad, 0606 Oslo
Besøksadresse: Borgenveien 66, 0373 OSLO

Vi har telefontid alle hverdager kl. 09 -15
Telefon: 23 37 62 40
E-post: post@pefnorge.no

Psoriasis- og eksemforbundet ung er en interesseorganisasjon for barn og unge med psoriasis, atopisk eksem, andre hudsykdommer og psoriasisartritt.