

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

۴

بسمه تعالی

عنوان تحقیق:

بیماریهای ناخن

تهیه و تنظیم:

پری حقیقی - مربی بهداشت مدارس

آموزشگاه: ابو علی سینا

سال تحصیلی: ۸۸-۸۷

فهرست مطالب

| | |
|------|-------------------------------------|
| 4- 6 | رسینا |
| | بیماریهای ناخن |
| 7 | لکه های سفید |
| 8 | خطوط طولی |
| 9 | ناخنک |
| 10 | خونریزی رگه ای |
| 11 | عفونتهای قارچی |
| 12 | زگیل |
| 13 | عفونتهای میکروبی ناخن |
| 14 | عفونت سودومونا |
| 15 | پسوریازیس |
| 16 | خون مردگی |
| 17 | خطوط تیره ناخنی |
| 18 | ناخن قاشقی شکل |
| 19 | خطوط بیو |
| 20 | ضخیم شدن بیش از حد ناخن (ناخن خایی) |
| 21 | تحلیل رفتن ناخن |
| 22 | ناخن ضخیم و پیچ دار |
| 23 | جویدن ناخن |

به نام خدا



رسپینا (rospina)

۴۰

رسپینا لوسیونی گیاهی است که برای درمان ناخنهای نرم و شکننده استفاده میشود. این محصول موجب استحکام ناخنهای نرم میشود و از شکنندگی آنها به میزان قابل توجهی می کاهد.

رسپینا موجب تقویت و استحکام ناخن از درون میشود. به عبارت دیگر هیچ لایه و یا جرمی به ناخن اضافه نمیشود بلکه ساختار و جسم ناخن از درون تقویت میشود. که این تمایز خاص رسپینا نسبت به بسیاری از محصولات مشابه است.

رسپینا موجب میشود بسیاری از عوارض نرمی ناخن مانند لایه لایه شدن، پوسته دادن، کنده شده و شکستن ناخنها واضحا کاهش یابد. این خواص فوق العاده بدلیل فرمولاسیون خاص رسپینا است. چرا که با دارا بودن پروتئین گندم، کحصاره گیاه کتیرا و حنا و نیز ویتامین ث و کلسیم، عناصر معدنی و مغذی مورد نیاز برای رشد و استحکام ناخنها فراهم میشود.

نحوه مصرف: رسپینا را روزانه دو بار مصرف نمایید. یک لایه بسیار نازک از رسپینا را بر روی ناخن

بگسترانید. سپس حداقل تا یک ساعت از تماس ناخنها با آب پرهیز شود، تا مواد مؤثره فرصت جذب داشته باشند. اثرات تقویتی رسپینا از حدود روز پنجم پس از مصرف در ناخنها پدیدار میشوند. در مواردی که ناخنها دچار ضعف و شکنندگی بسیار شدید میباشند میتوان دفعات مصرف را تا چهار بار در روز افزایش داد، که در این موارد به زمان بیشتری نیز برای ترمیم ناخن نیاز میباشد. در صورت استفاده از لاک، رسپینا را پس از خشک شدن لاک مصرف نمایید. رسپینا میتواند اثر خود را با وجود لاک بر ناخن اعمال نماید. از آنجایی که رسپینا اثر خود را بر جسم ناخن اعمال نمیکند و از خود هیچ جرمی بجای نمیگذارد، میتوان با آسایش خاطر اعمال مذهبیه را بجای آورد.

رسپینا چگونه کار میکند؟

تشریح مکانیسم دقیق و علمی کارکرد رسپینا از این گفتار خارج است. اما بطور کلی میتوان گفت رسپینا مواد مورد نیاز برای استحکام ساختار ناخن را در اختیار آن قرار میدهد.

رسپینا برای چه ناخنهایی مفید است؟

1. ناخنهایی که نرم هستند و فاقد استحکام مورد نظر می باشند.
2. ناخنهایی که کمی پس از رشد ترک میخورند، میشکنند و یا لایه لایه می شوند.

آیا رسپینا هرگونه شکنندگی را برطرف میکند؟

رسپینا در درصد بالایی از موارد شکنندگی اثرات قابل توجهی دارد. اما اگر شکنندگی ناخن بدلیل بیماری جسمی (مانند عفونت قارچی، اکزما،...) باشد، اثر کمتری بر روی آن دارد.

مصرف صحیح رسپینا چگونه است؟

بسیار آسان است. فقط کافی است ناخنها را به مقدار کمی از آن آغشته کنیم. ضمناً لازم است که تا یک ساعت دستها با آب تماس نداشته باشد، چون مواد مؤثره برای جذب به جسم ناخن نیاز به زمان دارند.

رسپینا را چند بار در روز استفاده کنیم؟

از روزانه دو بار در روز شروع کنید. اگر ناخنها نسبتاً قوی هستند میتوان دفعات مصرف را کاهش داد. اگر هنوز ضعیف و شکننده هستند دفعات مصرف را تا چهار بار در روز افزایش دهید.

اثر رسپینا از چند روز پس از مصرف آشکار میشود؟

بستگی به میزان ضعف ناخنها دارد. در ناخنهایی که کمی ضعیف هستند حدود پنج روز پس از مصرف مناسب و مداوم واضحاً افزایش استحکام و تقویت ناخنها حس میشوند. اما در ناخنهای بسیار ضعیف برای مشاهده نتیجه لازم است حداقل تا یک ماه مصرف شود.

تا چه مدت لازم است از رسپینا استفاده کرد؟

رسپینا یک درمان نیست بلکه تامین یک نیاز است. رسپینا در حقیقت تغذیه کمکی ناخن است. همانطور که پوست نیازمند کرم و یا پوشش های محافظ و تقویتی میباشد، ناخن نیز دائماً نیازمند مراقبت و تامین مواد مورد نیاز رشد آن میباشد. به مرور و با تقویت شدن ناخنها، نیاز به رسپینا کاهش می یابد که خود شخص این امر را حس میکند.

در صورت استفاده از لاک آیا میتوان از رسپینا استفاده کرد؟

بله البته لاک موجب میشود که کمی اثر رسپینا کاهش یابد. اما اصولاً رسپینا میتواند اثر خود را با وجود لاک اعمال کند. لازم است رسپینا پس از خشک شدن کامل لاک مصرف شود و دفعات مصرف را افزایش داد. اما اگر از قبل رسپینا مصرف شده باشد، لازم است پیش از استعمال لاک ناخنها بخوبی شسته و خشک شوند.

آیا رسپینا عوارضی نیز دارد؟

هیچ گونه عارضه ای ندارد. رسپینا یک محصول گیاهی است و در فرمولاسیون آن مواد شیمیایی مضر وجود ندارد، بلکه تنها عناصر مورد نیاز برای تقویت و تغذیه ناخن یافت میشود. بنابر این کاملاً سالم و بدون عارضه است

میزان اثر بخشی رسپینا چقدر است؟

رسپینا محصولی است با پشتوانه علمی و کلینیکی قوی. آنچه از رسپینا ثبت شده اثربخشی بالا در بسیاری از مراجعین بوده است. در کلینیک و نیز در جلسات دوره ای با متخصصین و گاه مانیکوریستها مکرراً اشاره شده است که عملکرد قوی رسپینا در مقایسه با سایر محصولات قابل توجه بوده است

چطور مصرف رسپینا با اعمال شرعی منافات ندارد؟

این یکی از ویژگی های منحصر بفرد رسپینا است. بر خلاف بسیاری از محصولات مشابه خارجی رسپینا هیچ جرمی از خود بجای نمی گذارد بلکه اثر خود را در جسم ناخن اعمال میکند. به همین دلیل پس از مصرف آن لایه ای بر روی ناخن قرار نمی گیرد. بنابراین میتوان با آسایش خاطر اعمال مذهبی (نماز و ...) را بجای آورد.

بیماری های ناخن

ناخن نیز مانند هر عضو دیگری از بدن در معرض بسیاری از عوامل بیماری زا قرار دارد مانند : باکتری ها، قارچ ها، ویروسها، عوامل شیمیائی و فیزیکی، گاهی یک عامل بیماریزا تنها ناخن را مورد تهاجم قرار میدهد و در آن ایجاد بیماری میکند و گاهی یک بیماری که قسمتهای دیگر بدن را مبتلا کرده، به ناخن نیز گسترش پیدا میکند. با این وجود میتوان گفت به طور کلی بیماری های ناخن خیلی شایع نیستند.

لکه های سفید (Spots (Leuconychia White

۱۰۴



به صورت لکه ها و یا خطوط سفید رنگ در صفحه ناخن دیده میشوند. این عارضه که نسبتا شایع است ، در اثر آسیبهای خفیف به ماتریکس ناخن پدید می آید. این لکه ها اهمیت بالینی ندارند و با رشد ناخن به بیرون رانده شده، نیازمند درمان نمیباشند.

خطوط طولی :Vertical Ridges



اگر یک ناخن را از نزدیک مشاهده کنیم خطوطی را در طول آن میبینیم. این حالت یک پدیده طبیعی میباشد و بطور خفیف در اکثر ناخنها دیده میشود. با توجه به تفاوت جنس ناخن در افراد مختلف، میزان و شدت این خطوط در افراد متغیر است. اما بعضی عوامل مانند افزایش سن و بیماریهای مزمن موجب تشدید این خطوط میشوند. این خطوط به خودی خود یک بیماری نیستند بلکه صرفاً از نظر زیبایی ظاهراً مناسبی به ناخن نمیدهند.

مصرف طولانی مدت رسپینا واضحاً موجب کمتر شدن این خطوط میشود

ناخنک (Ingrown Nail) :



رشد و نفوذ ناخن به گوشت و بافت نرم زیرین این حالت را ایجاد میکند، که در شست پا بیشتر دیده میشود. کفش تنگ و اصلاح نامناسب ناخن از علل آن هستند. این بیماری دردناک است و احتمالاً عفونت در آن بالا است.

خونریزی رگه ای (Splinter Hemorrhage):



در اثر پارگی مویرگهای بستر ناخن ایجاد میشوند. شایعترین علت ایجاد آن ضربه هایی است که در طول/لاؤز و در اثر رفتار نامناسب با ناخنها و طی کارهای روزانه به ناخن وارد میشوند. اهمیت بالینی چندانی ندارند، بلکه صرفا موجب نمای نازیبیا میشوند.

عفونت‌های قارچی Onychomycosis:



قارچها نزدیک به نیمی از بیماریهای ناخن را ایجاد میکنند و درمانشان آسان نیست. در این موارد به نام دبریس به رنگهای مختلف در زیر ناخن پدید می آیند که ضمن جدا کردن ناخن ذراتی از بستر آن بسته به نوع قارچ موجب تغییر رنگ ناخن عمدتاً به رنگهای سفید، زرد، قهوه ای یا مشکی میشوند. با رشد بیشتر قارچ، بافت و نمای ظاهری ناخن تغییر میکند. در صورت عدم درمان و با تجمع بیشتر دبریس صفحه ناخن به تدریج خرد شده، کاملاً از بستر ناخن جدا میشود. رعایت نکردن بهداشت فردی و پدیکور یا مانیکور نامناسب از علل مستعد کننده ابتلا می باشند عفونت‌های قارچی در انگشتان پا تا چهار برابر بیشتر دیده میشود. پیشگیری بسیار آسانتر از درمان است. برای پیشگیری لازم است ناخن‌ها همیشه خشک و تمیز نگاه داشته شوند. جورابها را باید مرتب تعویض نمود. همچنین باید از آسیب به پوست و بافت اطراف ناخن جدا پرهیز شود. در هنگام پدیکور یا مانیکور نباید کوتیکول را برداشت.

زگیل (wart) :



در حقیقت یک تومور خوشخیم پوستی است که بدلیل عفونت ویروسی ایجاد میشود و میتواند پوست زیرین و یا اطراف ناخن را درگیر کرده، در نتیجه موجب تغییر شکل و یا انهدام صفحه ناخن میشود. این بیماری در بسیاری از موارد دردناک است.

عفونت میکروبی ناخن (Paronychia) :



این بیماری در اثر ورود باکتری به بافت نرم اطراف ناخن پدید می آید. پوستی که قسمت قاعده و طرفین ناخن را میپوشاند نقش محافظتی در برابر نفوذ باکتری ها ، قارچها، ... دارد. هر عاملی که به این پوست آسیب بزند از قبیل ضربه ها، جویدن ناخن و یا برداشتن کوتیکول میتواند منجر به نفوذ باکتری ها و ایجاد عفونت در بافت آن محل شود. در صورت بروز عفونت قرمزی، درد، تورم و گرما در بافت دور ناخن دیده میشود.

عفونت سودومونا (Pseudomonas) :



سودومونا نوعی باکتری است که میتواند به ناخن تهاجم کند. این باکتری ممکن است در ناخن طبیعی و یا مابین ناخن طبیعی و مصنوعی (کاشته شده) رشد کند. وجود رطوبت به نفوذ و رشد باکتری کمک میکند. مشخصه بارز این عفونت تغییر رنگ ناخن به رنگ سبز است. با افزایش شدت بیماری رنگ سبز نیز پررنگ تر میشود و ممکن است صفحه ناخن از بستر خود جدا شود

پسوریازیس (Psoriasis):



یک بیماری مزمن و گسترده پوستی است که ممکن است به ناخن نیز گسترش یابد. در این صورت سطح ناخن ناهموار، موج دار و دارای فرورفتگی های ریز فراوان میشود. تغییر رنگ ناخن به زرد تا قرمز قهوه ای و یا جدا شدن ناخن از بستر نیز ممکن است دیده شود.

۱۹۲

خونمردگی (Hematoma) :



وارد شدن ضربه به ناخن موجب پارگی مویرگهای بستر ناخن میشود. خون حاصل ما بین صفحه ناخن و بستر آن به دام افتاده، خونمردگی (هماتوم) تشکیل میشود. هماتوم میتواند موجب جدا شدن و افتادن ناخن شود. همچنین ممکن است موجب عفونت شود، زیرا بافت هماتوم برای رشد باکتری ها و قارچها مناسب است. جذب شدن خودبخود هماتوم ممکن است مدتی طول بکشد و گاهی موجب تغییر شکل ناخن میشود.

خطوط تیره ناخنی (Melanonychia) :



خطوطی عمودی هستند که به رنگهای خاکستری، قهوه ای یا سیاه دیده میشوند. در اثر افزایش فعالیت و یا تعداد سلولهای رنگدانه ای ماتریکس ایجاد میشوند. در صورت مشاهده باید بلافاصله به پزشک مراجعه کرد.

۲۱۶

ناخن قا شقی شکل (Koilonychia) :



ناخنهایی نازک، با لبه های برجسته میباشند که به حالت مقعر میباشند. کمبود آهن از عللی است که موجب این تغییر شکل میشود.

خطوط بیو (Beau's Lines) :



همانطور که میدانید ناخن در ماتریکس ساخته میشود. برخی عوامل از قبیل تروما، سوء تغذیه، شیمی درمانی و اصولاً هر رخداد و بیماری شدید جسمی یا روحی میتوانند موجب اختلال در ساخت ناخن توسط ماتریکس میشوند. نتیجتاً ناخنی که در طول بیماری ساخته میشود از نظر ظاهر، بافت و ترکیبات متفاوت است. به همین دلیل به شکل یک خط عرضی، کمی تیره تر و نیز فرورفته دیده میشود، که به آن خط بیو گفته میشود. از آنجایی که این ناخن ناقص قبلاً تولید شده و شکل گرفته، نمیتوان آنرا به حالت اصلی و سالم در آورد، بلکه با رشد ناخن به بیرون رانده میشود. اما آنچه مهم است علت بوجود آورنده آن است که لازم است با مراجعه به پزشک مورد بررسی قرار گیرد

ناخن خایی (Onychauxis):



به ضخیم شدن بیش از حد ناخن اطلاق می شود که معمولا در اثر سن بالا، ضربه به ناخن، عفونت قارچی و برخی بیماری ها از قبیل دیابت ایجاد میشود.

۲۴۴

تحلیل رفتن ناخن (Onychatrophia):



در حقیقت همان تحلیل رفتن ناخن است. در این حالت رشد ناخن بسیار کند است به طوری که لبه آزاد ناخن نیز وجود ندارد. همچنین ناخن جلای خود را از دست داده، کدر میشود. در برخی موارد ناخن خرد شده و کاملاً می افتد. علت این حالت آسیب دیدن ماتریکس میباشد که معمولاً در طی برخی بیماری های شدید رخ میدهد.

ناخن ضخیم و پیچ دار (Onychogryposis) :



به ناخن ضخیم شده گفته میشود که به درون و زیر خود پیچ خورده باشد. به خودی خود یک بیماری نیست بلکه عمدتاً در اثر سن بالا، ضربه به ناخن، عفونت قارچی و برخی بیماری ها از قبیل دیابت ایجاد میشود. پس از درمان علت زمینه ای، برای داشتن ناخنی با قوام مناسب میتوان روش ارائه شده در این سایت را بکار بست.

۲۷۲

جویدن ناخن :



ترک این عادت بسیار مشکل است. در کودکان شیوع بیشتری دارد که اکثرا با افزایش سن برطرف میشود. اما وجود این عادت دربالغین با بیماریهای اضطرابی مرتبط است. جویدن ناخنها نه تنها نمای ظاهری ناخن را تغییر میدهد، بلکه موجب انتقال باکتری ها از دست به دهان و بر عکس میشود. همچنین با آسیب پوست اطراف ناخن، امکان نفوذ و گسترش باکتریها به داخل آن فراهم می آید.