

ضایعات پوستی در بزرگسالان

اغلب انواع ضایعات پوستی در بزرگسالان خطرناک نیستند. علائم زیر در بزرگسالان اغلب ظاهر می‌شوند اما غالباً خود به خود برطرف می‌شوند:



شما دارای پوست خشک، ترک خورده یا تحریک شده‌ای هستید

خارش معمولاً نشانه مورد جدی نیست و معمولاً ظرف مدت دو هفته خود به خود برطرف می‌شود.

در مورد خارش پوست شما شخصاً چه کار می‌توانید بکنید؟

- به جای خاراندن، به محل خارش پوست ضربه بزنید.
- چیز خنکی را روی محل مبتلا نگه دارید.
- از کرم‌های مرطوب کننده (فاقد عطر) استفاده کنید.
- آب داغ برای خارش پوست خوب نیست! به مدت کوتاه و با آب سرد یا ولرم دوش بگیرید.
- ناخن‌های خود را تمیز، کوتاه و صاف نگه دارید.
- لباس‌های نخی گشاد بپوشید.
- غذاهای تند نخورید و از مصرف مشروبات الکلی و کافئین خودداری کنید.

چه زمانی باید مشاوره پزشکی درخواست شود؟

در صورتی که خارش به یکی از صورت‌های زیر بود، به پزشک خانواده مراجعه کنید:

- بیش از دو هفته تداوم داشته باشد.
- در اثر یک ضایعه جدید یا ورم ایجاد شود.
- در کل بدن منتشر شود.
- زندگی روزمره شما را مختل کند.



شما تاول‌های کوچکی روی لب یا اطراف دهان خود دارید:

این تاول‌ها ممکن است تبخال باشند. تبخال قبل از آن که لب متورم شود و تاول‌ها ایجاد شوند، اغلب با احساس گزگز، خارش یا سوزش شروع می‌شود. هنگامی که تبخال بهبود می‌یابد، ممکن است پوسته‌هایی ایجاد شوند. تبخال معمولاً پس از یک تا دو هفته به صورت خود به خود ناپدید می‌شود. مراجعه به پزشک معمولاً ضروری نیست. با وجود خطر سرایت شما به مرخصی استعلاجی نیاز ندارید.

در مورد تبخال شما شخصاً چه کار می‌توانید بکنید؟

- از داروخانه در مورد داروهای مهار کننده ویروس (مواد ضد ویروس) پرس و جو کنید.
- زخم خود را لمس نکنید.
- مواد غذایی خنک و نرم بخورید و از خوردن مواد غذایی حاوی اسید یا شور خودداری کنید.
- توجه داشته باشید که نوزادان تا هفته هشتم با ویروس‌های تبخال در تماس نباشند.

چه زمانی باید مشاوره پزشکی درخواست شود؟

در موارد زیر به پزشک عمومی خود مراجعه کنید:

- شما باردار هستید.
- تبخال ظرف مدت 10 روز شروع به خوب شدن نکرده است.
- تاول‌ها به شدت گسترش می‌یابند یا دردناک هستند.
- شما دارای سیستم ایمنی تضعیف شده (به طور مثال در اثر شیمی درمانی یا دیابت) هستید.
- شما دارای لته متورم، دردناک یا تاولی در دهان هستید.

GESUND
WERDEN.
Wo bin ich
richtig?



مطب پزشک خانواده شما در حال حاضر تعطیل شده است؟
معمولاً در صورتی که در روز بعدی فعالیت مطب تماس بگیرید، کفایت می‌کند.

مردد هستید؟ پس با شماره 1450،

مشاوره بهداشت تلفنی تماس بگیرید.

اطلاعات بیشتر را در www.wobinichrichtig.at می‌یابید.

شرکای پروژه یعنی ایالت OÖ و ÖGK هیچ گونه تضمین یا مسئولیتی برای هر روز بودن، صحت و کامل بودن این اطلاعات تقبل نمی‌کنند، به خصوص نمی‌توان دلیلی برای هر گونه استحقاق قانونی ارائه نمود. استفاده از آن صرفاً برای اطلاع رسانی غیر الزام آور و رایگان تا اطلاع ثانوی مجاز است.