



معلومات للمريض

لعلاج Elidel® لمن وُصف لهم التهاب الجلد التأتبي

علاج التهاب الجلد التأتبي باستخدام Elidel

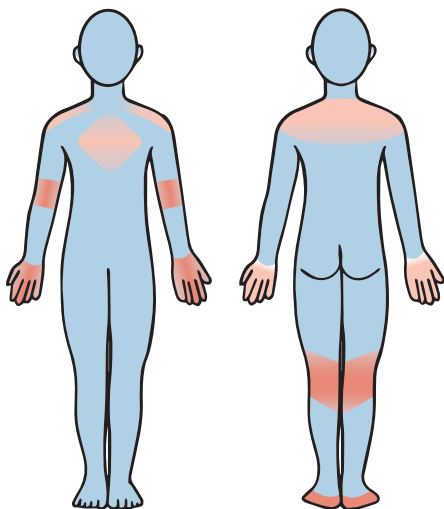
تم وصف Elidel لك لعلاج التهاب الجلد التأتبي. تقدم لك هذه النشرة معلومات حول طريقة العلاج باستخدام Elidel وما يمكنك فعله لتخفيف التهاب الجلد بشكل سريع وأفضل السبل للوقاية من بُقع الإكزيما الجديدة.

التهاب الجلد التأتبي - ما هو؟

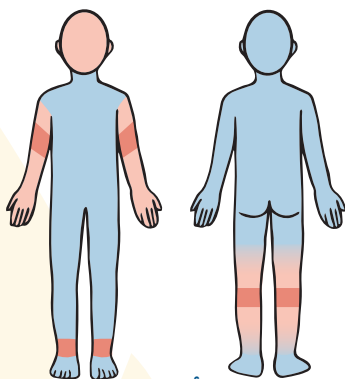
- يُعرف التهاب الجلد التأتبي أيضًا باسم الإكزيما التأتبية. وهو مرض جلدي التهابي مزمن أو متناوب بشكل مزمن، يتسبب في جفاف الجلد وتشققه وحكته.
- يصيب التهاب الجلد التأتبي الأشخاص من جميع الأعمار، لكنه أكثر شيوعًا بين الأطفال. تُسجل السويد أعلى نسبة انتشار لالتهاب الجلد التأتبي في العالم.
- عادةً ما يكون التهاب الجلد التأتبي مرضًا متقطعًا تتخلله توهجات وهدآت، ولكن في الحالات الشديدة، يمكن أن يستمر نشاط المرض بشكل متواصل.
- يعاني بعض الأشخاص فقط من بقع صغيرة من الجلد الجاف، بينما قد يعاني آخرون من التهاب واسع الانتشار في جميع أنحاء الجسم.
- لا يزال السبب الدقيق وراء التهاب الجلد التأتبي غير واضح، لكن قد تساهم الوراثة وفرط نشاط جهاز المناعة والعوامل البيئية في زيادة خطر الإصابة به.
- التهاب الجلد التأتبي غير مُعدٍ.

يُقسّم التهاب الجلد التأتبي إلى مجموعات مختلفة وفقاً لعمر المريض وشدة حالته

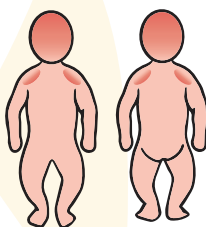
- خفيف
- متوسط/شديد - لا
- توجد إكزيما



الشباب / البالغون



الأطفال



الرضع

ما يجب معرفته قبل استخدام كريم Elidel

لا يُستخدم كريم Elidel إلا لعلاج الإكزيما التأتبية. لا تستخدمه لعلاج أية حالات جلدية أخرى.

لا يُستخدم الكريم على مناطق الجلد المصابة بعدوى فيروسية نشطة، مثل قروح البرد (الهريس البسيط) أو جدري الماء. استشر طبيبك قبل استخدام Elidel إذا كنت تُعاني من عدوى جلدية نشطة.

قد يتسبب Elidel في ظهور ردود فعل جلدية خفيفة ومؤقتة في مكان تطبيق الكريم، مثل الشعور بالدفء و/ أو الحرقان.

في حالة حدوث رد فعل جلدي شديد، يجب التواصل مع طبيبك.

يُمنع تغطية الجلد المعالج بضمادات.

تجنّب التعرّض المباشر لأشعة الشمس القوية والمصابيح الشمسية وأبيرة التسمير أثناء العلاج بـ Elidel. قلّل من وقت التعرّض للشمس عند التواجد في الهواء الطلق. يجب حماية الجلد من خلال ارتداء ملابس فضفاضة واستخدام واق شمسي مناسب.

لا يجوز استخدام Elidel بالتزامن مع العلاج بالأشعة فوق البنفسجية (مثل العلاج بأشعة UVA أو PUVA أو UVB) أو أثناء العلاج بأدوية كابطة للمناعة (مثل أزاثيوبرين أو سيكلوسبورين).

قد تحتاج، في حالات الإكزيما الشديدة جدًّا، إلى التوقف عن استخدام Elidel قبل تلقي لقاحات. استشر طبيبك للحصول على المزيد من الإرشادات.

في حالة حدوث رد فعل جلدي نتيجة تلقي لقاح ما، يُنصح بتأجيل تطبيق Elidel على منطقة الجلد التي تلقّيت فيها اللقاح إلى أن يزول ردّ الفعل الجلدي.

ذا كنتِ حاملًا أو مرضعة، أو تعتقدين أنَّكِ حامل، أو تخططين للحمل، فاستشيري طبيبك أو الصيدلي قبل استخدام Elidel.

ممنوع استخدام Elidel أثناء الحمل ولا يُستخدم على الثدي أثناء الإرضاع.

لا يُنصح باستخدام Elidel للأطفال دون سنّ 3 أشهر.

اتّبع دائماً تعليمات طبيبك بشأن طريقة استخدام هذا الدواء.



طريقة استخدام Elidel

يمكن استخدام Elidel على جلد جميع الأماكن، بما في ذلك الرأس والوجه والرقبة وطيّات الجلد

طريقة تطبيق الكريم:

- اغسل يديك وجففهما.
 - اضغط لإخراج كمية من الكريم على إصبعك.
 - ضع طبقة رقيقة من Elidel فقط على مناطق الجلد المصابة بالإكزيما، بحيث تغطّي المنطقة بأكملها.
 - ادعك كريم Elidel بلطف حتى يتغلغل في الجلد تمامًا.
- يُستخدم Elidel مرتين يوميًا، على سبيل المثال، مرّة في الصباح ومرّة في المساء.
- يمكنك استخدام كريم مطري مع Elidel. إذا استخدمت كريمًا مرطبًا، فيمكنك تطبيقه مباشرةً بعد Elidel.
- لا تستحمّ أو تغتسل أو تسبح مباشرةً بعد استخدام Elidel، حيث يمكن للماء إزالة الكريم.
- من أجل العلاج طويل الأمد للإكزيما التأتبية، يُستخدم Elidel فور الشعور بالحكة أو احمرار الجلد. يمنع ذلك توهّج الإكزيما ويوقّر تحكّمًا أفضل في هذه الحالة على المدى الطويل.
- يجب عليك استئناف العلاج في هذه الحالة إذا عادت علامات وأعراض الإكزيما.

اتّبع دائمًا تعليمات طبيبك بشأن طريقة استخدام هذا الدواء.



ما الذي يمكنني فعله بنفسي؟

رطب بشرتك بشكل منتظم

استعمل مُطَرِّبات، مثل كريم البشرة، بكميات وفيرة وبشكل متكرّر. سيُساعذك هذا على تخفيف الحكة. كما أنّه يساعد في الحفاظ على الحاجز الطبيعي الذي يحمي الجلد من العوامل الخارجية مثل السحج والموادّ الكيميائية والماء.

رطب بشرتك أيضًا خلال الفترات التي لا تعاني فيها من مشاكل جلدية. سيساعدك ذلك على التمتع بفترات أطول من الراحة بين نوبات الإكزيما.

احمِ بشرتك من الجفاف

كلّما عرّضت بشرتك للماء، كلّما أصبحت أكثر جفافاً. يتسبب الماء الساخن في تجفيف البشرة بدرجة أكبر من الماء البارد.

- لا تستحمّ أو تغتسل يوميًا إلا عند الضرورة.
- لا تغسل المناطق المصابة بالإكزيما بالماء والصابون بدون حاجة. استخدم صابونًا لطيفًا وخاليًا من العطور.
- رطب بشرتك بكريم مطري بعد الاستحمام أو الاسترخاء في حوض الاستحمام، لأنّ الجلد يكون أكثر عرضة للجفاف في هذه الحالة.

احم نفسك من المواد التي قد تسبب لك مشاكل

فيما يلي بعض النصائح التي يمكنك اتباعها لحماية نفسك من المواد التي قد تسبب لك مشاكل:

- استخدم مساحيق غسل ملابس خالية من العطور، وتجنب استخدام مليّنات الأقمشة. لا تستخدم كمية أكبر من اللازم من مسحوق غسل الملابس.
- اغسل الملابس الجديدة قبل ارتدائها للتخلص من أي مواد كيميائية قد تكون عالقة بها.
- تجنّب المواد التي قد تُثير الإكزيما لديك، مثل سائل غسيل الأطباق أو الحلي التي تحتوي على النيكل.
- ارتدِ قفازات مُصنّعة من البلاستيك عند غسل الأطباق إذا كانت على يديك إكزيما.
- تجنّب الماء المضاف إليه الكلور.

لا تجعل منزل دافئاً بشكل مفرط وتجنب الغبار

فيما يلي بعض النصائح التي تُساعدك على الحدّ من الأعراض من خلال السيطرة على بيئة منزلك:

- احرص على عدم رفع درجة الحرارة داخل منزلك بشكل زائد. فالهواء يُصبح أكثر جفافاً مع ارتفاع درجات الحرارة. يمكن أن يؤدي الهواء الجاف إلى تفاقم مشاكل الجلد.

- حافظ على برودة غرفة نومك وحاول استخدام بطانية أقل سماكة.
- تجنّب التواجد في الأماكن التي تحتوي على الكثير من الغبار.



ارتدِ ملابس تسمح بدخول وخروج الهواء

قد تزيد الحكة إذا تعرّقت. لذلك، من المستحسن عدم ارتداء ملابس ثقيلة. تجنب ارتداء الملابس المُصنّعة من الألياف الصناعية لأنّها لا تسمح بوصول الهواء إلى الجلد بشكلٍ جيّد. تجنّب أيضًا الملابس المُصنّعة من الصوف. قد يتسبب الصوف في تهيج الجلد. يُفضّل ارتداء الملابس التي تسمح بعبور الهواء. اختر مواد مثل القطن أو البامبو أو الحرير.

خذ حَقامات الشمس بحذر

كثيرًا ما تتحسّن الإكزيما بالتعرّض لأشعة الشمس، إلا أن البشرة المُصابة بالإكزيما تكون أكثر حساسية. لذلك، يُنصح بالتعرّض لأشعة الشمس بحذر وتجنّب حروق الشمس.

يُنصح بعدم تعرّض الأطفال دون سنّ العام لأشعة الشمس على الإطلاق، ويُفضّل حماية الأطفال الأكبر سنًا من أشعة الشمس للوقاية من حروق الشمس.

تجنّب حكّ جلدك

قد يكون من الصعب التحكّم في الرغبة في حكّ الجلد. إلا أن حكّ الجلد يتسبب في زيادة الشعور بالحكة. كما أنه يزيد من خطر إصابة الإكزيما بالعدوى، لذلك، من المهم محاولة عدم حكّ الجلد.

فيما يلي بعض النصائح التي يمكنك اتباعها لتجنّب حكّ جلدك:

- حافظ على أظافرك قصيرة.
- عند الشعور بالحكة، قُم بالترييت على منطقة الحكة بلطف باستخدام كريم مرطب بدلاً من حكّها بأظافرك.
- ارتدِ قفازات قطنية أثناء النوم لتجنّب حكّ منطقة التهاب الجلد أثناء النوم.



مُذَكِّرة يوميّات العلاج

نصائح: يسهل تذكّر ترطيب بشرتك إذا قُمت بالتسجيل في مُذكِّرة يوميّات العلاج.

اكتب تاريخ بدء العلاج. ضع علامة صح في كلّ مرّة تقوم فيها بتطبيق الكريم.

تاريخ بدء العلاج:

اليوم	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت	الأحد
ترطيب الصباح							
ترطيب المساء							

اليوم	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت	الأحد
ترطيب الصباح							
ترطيب المساء							

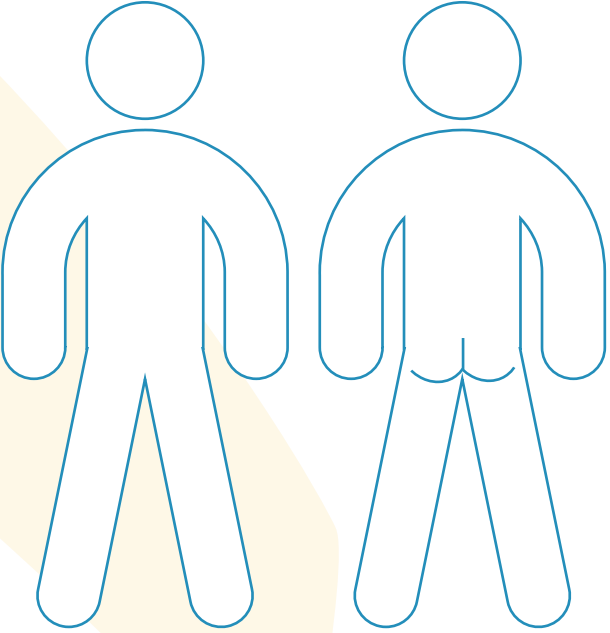
اليوم	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت	الأحد
ترطيب الصباح							
ترطيب المساء							

اليوم	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت	الأحد
ترطيب الصباح							
ترطيب المساء							

راقب الإكزيما

حدّد مناطق الجلد التي تظهر فيها توهّجات التهاب الجلد التأتبي عادةً. يساعد تحديد هذه المناطق على معرفة الأماكن الواجب تطبيق كريم Elidel عليها للوقاية من هذه الحالة.

ستساعدك الصورة في مراقبة مدى فاعلية العلاج. لا تنسَ تعليم مناطق الجلد الجديدة التي تظهر فيها توهّجات.





تفضل بزيارة موقعنا الإلكتروني: www.hudguiden.se

Elidel® (بـيميكروليموس) هو دواء يُصرف بوصفة طبية، يُستخدم لعلاج أعراض الإكزيما التأتبية من الخفيفة إلى المتوسطة الشدة لدى البالغين و الأطفال من عمر 3 أشهر فما فوق. قد يتسبب في حدوث تفاعلات خفيفة ومؤقتة، مثل الشعور بالدفء و/أو الحرقان في المناطق المعالجة. إذا كان جهازك المناعي مضرور لأي سبب من الأسباب، تحدث إلى طبيبك قبل استخدام Elidel. ممنوع استخدام الكريم على مناطق الجلد المصابة بعدوى فيروسية نشطة مثل قروح البرد (الهربس البسيط) أو جدري الماء. في حال الإصابة بعدوى جلدية، استشر طبيباً قبل الاستخدام. احمِ جلدك من الأشعة فوق البنفسجية من خلال اتخاذ احتياطات الحماية من الشمس وتجنب التعرض المباشر لأشعة الشمس القوية والمصابيح الشمسية وأبيرة التسمير. إذا كنت حاملاً أو مرضعة، أو تعتقدين أنك حامل، أو تُخططين للحمل، فاستشيري طبيبك قبل استخدام هذا الدواء. ممنوع استخدام الدواء أثناء الحمل. لا يُستخدم على الثدي أثناء الإرضاع. اقرأ النشرة الداخلية بعناية قبل الاستخدام.

