

## برفک دهان

### مطالعه کلی



نظیر سایر مردم سالم، شما نیز ممکن است در دهان یا دستگاه گوارشی خود یا بر روی پوست مبتلا به عفونت کاندیدایی شوید. شما هرگز قادر نخواهید بود که این قارچ را ببینید و حتی گاهی اوقات اصلاً متوجه حضور آن نخواهید شد، زیرا میکروبهای مختلف موجود در بدن رشد این قارچ را مرتباً چک می‌کنند و مانع رشد آن می‌شوند. اما زمانیکه این تعادل به هم خورد مثلاً در طی استرس یا بیماری یا در زمان مصرف دارو، این قارچ

بیش از حد رشد نموده و منجر به بروز اختلالاتی نظیر بثورات پوستی ناحیه پوشاک بچه، عفونتهای مخمری دستگاه تناسلی و نوعی عفونت دهانی بنام برفک خواهد بود.

برفک دهانی بصورت ضایعات کرمی رنگ است که معمولاً بر روی زبان یا در داخل گونه‌ها ایجاد می‌شود. ضایعات می‌توانند دردناک بوده و زمانیکه خراشیده می‌شوند یا اینکه فرد مسواک می‌زند دچار خونریزی مختصری شوند. گاهی اوقات ممکن است عفونت به سقف دهان، لثه‌ها، لوزه‌ها، و یا پشت حلق گسترش یابد.

اگر چه برفک دهانی می‌تواند هر شخص سالم را درگیر کند. ولی معمولاً در بچه‌ها و کودکانی که تازه به راه افتاده‌اند، افراد مسن و مبتلا به ضعف ایمنی شایعتر است. این بیماری در افراد سالم بسیار خفیفی داشته و به راحتی با روشهای درمانی طبیعی یا داروهای ضد قارچی قابل درمان است. اما در افراد مبتلا به ضعف ایمنی علایم ممکن است شدیدتر بوده و بسیار گسترش یافته و کنترل آنها مشکل باشد.

### علائم و نشانه‌ها

برفک دهانی بصورت ضایعات کرمی رنگ یا سفید بر روی زبان، سطح داخلی گونه‌ها و گاهی سقف دهان، لثه‌ها، و لوزه‌ها بروز می‌یابد، ضایعات دردناک بوده و با اندکی خراشیدگی به مقدار کم دچار خونریزی می‌شود. اگر چه علائم و نشانه‌ها به یکباره ایجاد می‌شوند اما ممکن است بصورت مزمن، دائمی و در طی یک مدت زمان طولانی پدیدار شوند.

در موارد بسیار شدید، ضایعات ممکن است حتی به سمت مری و ریه نیز گسترش یابند که در صورت درگیری مری اصطلاحاً التهاب مری کاندیدایی نامیده می‌شود. علائم و نشانه‌های این بیماری شامل موارد ذیل است: وجود درد یا هر گونه اشکال در بلع، احساس گیر کردن توده غذا در داخل حلق یا قسمت میانی قفسه سینه و در صورت وجود تب گسترش عفونت به خارج از مری است.

## علائم موجود در کودکان و زنان شیرده

نوزادان سالمی که مبتلا به برفک دهانی می شوند معمولاً علائم خود را در طی هفته اول زندگی بروز می دهند. علاوه بر وجود ضایعات سفیدرنگ مشخص، ممکن است نوزادان در تغذیه مشکل داشته و ناآرامی کنند. بعلاوه می توانند در طی شیرخوردن عفونت را به مادران خود نیز انتقال دهند. زمانیکه پستان آنها مبتلا به عفونت کاندیدایی شده است ممکن است دچار علائمی نظیر قرمزی نامعلوم یا حساسیت نوک پستانها، براق شدن پوست ها در دور نوک پستان، وجود درد در پستان در حین شیر دادن یا درد در نوک پستان در حین مکیدن شیر، وجود دردی شبیه به فرو رفتن چاقو در پستانها، باشند.

### علل

میکروبهایی نظیر ویروسها، باکتریها و قارچها در هر جایی از بدن وجود دارند در دهان، سیستم گوارشی، مجاری تنفسی و بر روی پوست بیش از ۲۰۰ گونه باکتری وجود دارد. بطور کلی ارتباط بین انسان و این میکروبها برای انسان مفید می باشد. بدن شما برای آنها مواد مغذی و جایی برای زندگی فراهم می آورد و در عوض آنها سیستم ایمنی بدن را تحریک می کنند یا برای بدن ویتامین می سازند و به بدن جهت مقابله با ویروسها و باکتریهای مضر کمک می کنند. اما بطور کلی بدن در برابر این میکروبها در یک تعامل پیچیده قرار دارد. اما گاهی اوقات این مکانیسمهای محافظتی از بین می روند. زمانیکه بدن و سیستم ایمنی توسط بعضی بیماریها یا داروها نظیر کورتونها ضعیف می شوند یا این که بعلت مصرف آنتی بیوتیکها تعادل طبیعی بین میکروبهای موجود در بدن به هم می خورد، برفک دهان و سایر عفونتها کاندیدایی ایجاد می شوند.

بعضی بیماریها منجر به افزایش استعداد بدن به برفک دهان می شوند که شامل موارد ذیل است:

- کاندیدای جلدی مخاطی مزمن: این بیماری معمولاً کودکان کمتر از سه سال را درگیر می کند. در این حالت دهان، ناخنها، پوست سر، بدن و دستها و پاها درگیر می شود.

- /یدز: این بیماری از طریق ایجاد اختلال در سیستم ایمنی بدن استعداد ابتلا به عفونت کاندیدایی را افزایش می دهد.

- سرطانها: اگر فردی به سرطان مبتلا شود هم به علت سیر بیماری و هم به علت مصرف داروهای شیمی درمانی و پرتو درمانی دچار ضعف سیستم ایمنی خواهد شد و لذا استعداد ابتلا به آنها افزایش خواهد یافت.

- مرض قند: اگر شما نمی دانید که مرض قند دارید یا اینکه بیماری شما خوب کنترل نشده است، مخاط دهان دارای مقادیر فراوانی قند خواهد بود، همین عامل استعداد ابتلا را افزایش خواهد داد.

- عفونتهای مخمری دستگاه تناسلی: در صورت وجود این بیماری بخصوص در زمان بارداری، عفونت می تواند در حین زایمان به کودک انتقال یابد. در نتیجه در طی چند هفته اول بعد از تولد نوزاد، شانس ابتلا به برفک افزایش خواهد داشت.

- خشکی مخاط دهان: این حالت به علت کاهش عملکرد ترشحات غدد بزاقی دهانی ایجاد می شود و همین عامل تعادل میکروبها را در داخل دهان به هم میزند و شانس ابتلا را افزایش خواهد داد.

یکسری عادات فردی نیز وجود دارد که شانس ابتلا را افزایش می دهد. که شامل سیگار کشیدن و استفاده از وسایل دندانپزشکی خاص می باشد.

## فاکتورهای خطر

هر کس می تواند به برفک مبتلا شود اما عفونت در شیرخواران و کودکانیکه تازه شروع به راه افتادن کرده اند ( که در آنها سیستم ایمنی بطور کامل بلوغ نیافته است ) شایعتر است. بعلاوه کودکان در طی شیر خوردن می توانند عفونت را به مادران خود نیز انتقال دهند.

اگر فرد مسن باشد، سیستم ایمنی ضعیف شده، داشته باشد، از کورتون، آنتی بیوتیک یا قرصهای ضدبارداری استفاده کند، سیگاری بوده یا از ابزار دندانپزشکی استفاده نماید، شانس بیشتری جهت ابتلا خواهد داشت.

## غربالگری و تشخیص

اگر کودک شما دچار ضایعات سفید رنگ دردناک شده است، حتماً به پزشک یا دندانپزشک مراجعه نمائید. معمولاً تشخیص ضایعات راحت می باشد اما ممکن است نمونه گیری جهت مشاهده در زیر میکروسکوپ نیز به عمل آید. اگر برفک در بچه ها یا بالغینی رخ داد که هیچگونه فاکتور خطری ندارند، حتماً باید به پزشک مراجعه شود در این موارد ممکن است یکسری بیماریهای زمینه ای نظیر مرض قند وجود داشته باشد. لذا در این موارد پزشک یک معاینه بالینی کامل انجام داده و یکسری آزمایشات درخواست خواهد نمود. برفکی که به مری انتشار یابد می تواند بسیار خطرناک باشد به منظور تشخیص این بیماری ممکن است آزمایشات ذیل مورد نیاز شود.

- کشت حلق : در این آزمایش از ته حلق با ابزارهای خاصی نمونه گیری به عمل آمده و بر روی محیط های کشت ، کشت داده می شود.

- آندوسکوپی : در این آزمایش پزشک بطور مستقیم و با ابزارهای خاص پوشش مری، معده و اثنی عشر را خواهددید. این مطالعه ۳۰ تا ۶۰ دقیقه طول می کشد.

- آزمایش بلع باریوم: از طریق این روش با عکسبرداری می توان مری و معده را مشاهده نمود.

## عوارض جانبی

برفک دهان به ندرت در بچه ها و بالغین یک مشکل سلامتی به حساب می آید. اگر چه گاهی اوقات بعد از درمان ممکن است عفونت عود کند. در افراد مبتلا به ضعف ایمنی برفک می تواند بسیار خطرناک باشد.

در افراد مبتلا به ایدز نیز ممکن است علائم در دهان و مری بسیار شدید تر باشد که می تواند همراه با بلع دردناک یا مشکل بوده و در نتیجه به مقدار کافی مواد غذایی به بدن نخواهد رسید. بعلاوه در این بیماران شانس گسترش عفونت به سایر نقاط بدن بیشتر است. در این موارد معمولاً سیستم گوارش، ریه ها ، کبد و پوست بیشتر درگیر می شوند.

## درمان

هدف درمان جلوگیری از پیشرفت سریع عفونت قارچی می باشد اما بهترین رویکرد بر اساس خصوصیات افراد با یکدیگر متفاوت می باشد و به خود فرد بستگی دارد.

درمان برفک دهانی در بچه ها : کودکانی که تازه به راه افتاده اند و از هر نظر سالم بوده و دارای فرم خفیف برفک هستند نیاز به درمان خاصی ندارند. اگر عفونت به دنبال مصرف آنتی بیوتیک رخ داده باشد می توان از ماست ترش

به منظور حفظ تعادل میکروبوها استفاده نمود به شیرخواران یا کودکانیکه که برفک آنها مقداری پایدار شده است می توان داروهای ضد قارچی ضعیف داد.

درمان برفک دهانی شیرخواران و مادران شیرده: در صورت ابتلای این موارد بهتر است مادر و کودک هر دو درمان شوند. در این موارد می توان برای کودک از داروهای ضد قارچی ضعیف و برای مادر از کرمهای ضد قارچی برای پستان استفاده نمود. اگر کودک از شیشه و پستانک نیز استفاده کند بهتر است تا بعد از آنکه برفک بطور کامل بهبود یافت آنها به خوبی شسته شوند.

درمان برفک دهانی در بالغین: اگر شما یک انسان سالم هستید که به برفک دهانی مبتلا شده اید. این موارد قارچها را از بین نمی برند، ولی می توانند وضعیت میکروبی موجود در دهان شما را در یک حالت تعادل حفظ کنند. اگر این موارد مؤثر نبودند باید از داروهای ضد قارچی استفاده نمود.

### درمان برفک دهانی در افراد مبتلا به سیستم ضعف ایمنی

مبتلایان حتماً باید از داروهای ضد قارچی که به فرمهای خوراکی مختلف وجود دارند استفاده نمود. دوره معمول درمان ۱۰ تا ۱۴ روز می باشد. متأسفانه قارچ کاندیدا خیلی سریع به داروهای ضد قارچی معمول مقاوم می شود. بخصوص در مواردیکه فرد در مراحل انتهایی ایدز قرار دارد در اینصورت استفاده از آمفوتریسین B می تواند بسیار کمک کننده باشد.

بعضی از داروهای ضد قارچی برای کبد تا حدی سمی می باشند. بدین منظور جهت ارزیابی عملکرد کبدی لازم است، آزمایشات کبدی انجام شود و بخصوص این آزمایشات در مواردیکه نیاز به درمان طولانی مدت وجود داشته یا فرد سابقه بیماری کبدی دارد، باید حتماً مد نظر قرار گیرد.

### پیشگیری

- استفاده از روشهای زیر می تواند به کاهش احتمال ابتلا به عفونت کاندیدایی کمک کند.
- زمانیکه از آنتی بیوتیک استفاده می کنید حتماً از ماست یا غذاهای ترش استفاده کنید.
- تا حد ممکن هر گونه عفونت قارچی دستگاه تناسلی را در طی دوره بارداری زودتر درمان کنید.
- در صورتی که سیگار می کشید سعی به ترک آن نمائید.
- به طور منظم به دندانپزشک مراجعه نمائید (حداقل هر شش ماه تا ۱۲ ماه) بخصوص در مواردیکه مرض قند دارید یا از وسایل دندانپزشکی خاص استفاده می کنید. دندانهای خود را به گونه ای که دندانپزشک توصیه می نماید، مسواک کنید.
- مصرف غذاهایی که دارای مقادیر بسیار زیادی قند می باشند را در رژیم غذایی خود محدود نمائید.

### مراقبت از خود

در موارد افزایش شیوع برفک دهان می توان اقدامات ذیل را انجام داد. بهداشت دهان و دندان را به خوبی رعایت کنید. بسیاری از دندانپزشکان توصیه می کنند که حداقل روزی ۳ بار مسواک برنید. از اسپری ها و محلولهای شستشو دهنده اجتناب کنید چرا که تنوع میکروبی طبیعی موجود در دهان

را از بین می برند.

از آب و نمک ولرم برای کاهش درد استفاده نمائید. می توان نصف قاشق غذاخوری نمک را در یک فنجان آب ولرم حل نمائید.

در صورتیکه مادری شیردهی می کند و مبتلا به عفونت قارچی شده است باید از پدهای شیردهی مخصوص به منظور جلوگیری از انتشار قارچ به لباسها استفاده کند.

### **استفاده از روش های طب تکمیلی**

کپسولهای سیر: سیر دارای خواص ضد قارچی و ضد باکتریایی قابل ملاحظه ای می باشد. می توان این کپسولها را برای درمان عفونتهای قارچی پا مورد استفاده قرار داد.