

# برص یا ویتلیگو

## بیماری شایع خود ایمنی



**درمان**

دکتر حسنی در مورد درمان این بیماری می‌افزاید: «هدف از درمان، بازگرداندن رنگ‌دانه‌های طبیعی پوست است. در ۱۰ تا ۲۰ درصد موارد بهبودی خودبه‌خودی دیده می‌شود ولی برگشت کامل و خودبه‌خود رنگ پوست در مبتلایان به ندرت پیش می‌آید. درمان ویتلیگو کاملاً موفقیت‌آمیز نیست. بهترین پاسخ درمانی در کسانی دیده می‌شود که شروع بیماری آن‌ها در سن کمتر از پنج سال باشد و معمولاً در کودکان و نوجوانان بهتر جواب می‌دهد. البته کودکان کمتر از ۱۰ سال چون صبر و حوصله کمتری دارند همکاری‌شان نیز کمتر است. مناطق گرفتار صورت و تنه بهتر به درمان پاسخ می‌دهند اما پشت دست‌ها و پاها به‌شدت مقاومت و بعید به نظر می‌رسد که بهبود یابند. در کسانی که بیش از ۷۰ تا ۸۰ درصد سطح بدن‌شان گرفتار است برای ایجاد وضع ظاهری بهتر، می‌توان لکه‌های تیره‌تر که مربوط به پوست سالم هستند را با داروی خاصی پاک و پوست را یک‌دست کرد. از آنجایی که مشکل اصلی بیماران مبتلا به ویتلیگو وضعیت ناخوشایند ظاهری است در موارد مقاوم می‌توان از کرم‌های پوشاننده برای استتار لکه‌های در معرض دید استفاده کرد.»

**پیشگیری**

او با اشاره به این مطلب که راهی برای پیش‌بینی میزان گستردگی بیماری در آینده و نواحی ابتلا وجود ندارد توضیح می‌دهد: «سیر بیماری در اشخاص مختلف متفاوت است. در برخی از افراد ممکن است به چند لکه سفید محدود شود و در عده‌ای دیگر با سرعت تمام پوست را گرفتار کند و تنها مناطق محدودی از پوست طبیعی به شکل لکه‌های سفید تیره‌تر باقی بماند. پوست این بیماران به اشعه ماوراءبنفش بسیار حساس است و چون عامل محافظ پوست که همان رنگ‌دانه‌های ملانین است وجود ندارد، خیلی زود دچار سوختگی پوست به شکل قرمزی، سوزش و التهاب می‌شوند. میزان حساسیت پوست در بیماران که لکه‌های وسیع سفید دارند بیشتر است. در ضمن در این‌بیماران تماس‌های طولانی با آفتاب شدید می‌تواند باعث گسترش بیماری و پیدایش ضایعات جدید شود. غیر از آفتاب عامل تشدیدکننده دیگری نیز در این بیماری وجود دارد و آن استرس‌های روحی و عصبی است. بیشتر بیماران پیدایش و تشدید ضایعات را به دنبال استرس‌های روحی ذکر می‌کنند. خراشیدگی و زخم جراحی روی پوست این بیماران می‌تواند باعث بروز لکه‌های جدید در محل زخم شود.

موها نیز به‌تدریج رنگشان را از دست می‌دهند و سفید می‌شوند، لذا سفید شدن زودرس موهای سر نیز یکی از عوارض بیماری است.

**انواع ویتلیگو**

او در مورد انواع این بیماری می‌گوید: «بیماری ویتلیگو به چهار دسته تقسیم می‌شوند که عبارت‌اند از: - ویتلیگوی غیرقطعی: که شایع‌ترین نوع ویتلیگو است و از هر ۱۰ نفر، ۹ نفر مبتلا به این نوع هستند. همچنین به‌عنوان پیسی دوطرفه هم شناخته می‌شود. پیسی غیرقطعی‌ای با لکه‌های متقارن مشخص می‌شود که ممکن است در پشت دست‌ها، بازوها، پوست اطراف منافذ بدن، زانوها، آرنج‌ها و پاها ایجاد شود. از انواع آن می‌توان به تعمیم‌یافته، یونیورسال و مخاطی اشاره کرد. - ویتلیگوی قطعی‌ای: در این نوع از ویتلیگو لکه‌های سفید تنها یک طرف بدن را تحت‌تأثیر قرار می‌دهند. این کمترین نوع ویتلیگو است، اما در کودکان شایع‌تر از بزرگسالان است. - ویتلیگوی مخلوط: این نوع با ترکیبی از ویتلیگوی قطعی‌ای و غیرقطعی‌ای مشخص می‌شود. ویتلیگوی طبقه‌بندی نشده: ویتلیگوی طبقه‌بندی نشده به‌طور منظم در یک دسته قرار نمی‌گیرد.»



**بیماری ویتلیگو که با نام‌های برص یا پیسی نیز شناخته می‌شود، یکی از بیماری‌های پوستی است که به سبب تغییر رنگ در نواحی مختلف بدن می‌شود. این بیماری که در گذشته با نام لک و پیس شناخته می‌شد، یک بیماری خود ایمنی محسوب می‌شود، به‌طوری که سیستم ایمنی بدن به رنگ‌دانه‌های پوست حمله کرده و آن‌ها را نابود می‌کند. هرچند آمار دقیقی از شیوع بیماری برص یا ویتلیگو در دست نیست اما این بیماری شیوع بالایی در جامعه دارد. به‌طوری که یک تا دو درصد افراد جامعه به این بیماری پوستی مبتلا هستند. داروی خاصی برای جلوگیری از تأثیر ویتلیگو بر پوست وجود ندارد اما داروهای خاصی می‌توانند سرعت از بین رفتن رنگ‌دانه‌ها را کاهش دهند.**

دکتر علی حسنی، متخصص پوست و مو و استاد یار دانشگاه شهید بهشتی، در مورد این بیماری به آتیه نو» می‌گوید: «ویتلیگو، برص یا لک و پیس یک بیماری پوستی است که در آن به دلیل کاهش فعالیت و یا تخریب سلول‌های رنگ‌دانه‌ساز (ملانوسیت‌ها) در قسمتی از پوست ملانین (رنگ پوست) ساخته نمی‌شود. بنابراین لکه‌های سفید نامنظمی ایجاد می‌شوند که گاهی تعداد آن‌ها محدود و بعضی‌وقت‌ها به‌صورت گسترده و منتشر هستند. شیوع این بیماری حدود یک درصد و در برخی جوامع تا ۸ درصد هم گزارش شده است. سن ابتلا به این بیماری اغلب ۲۰ تا ۳۰ سالگی است و در ۲۵ درصد موارد، کودکان کمتر از ۱۰ سال را گرفتار می‌کند. بیماری ویتلیگو برعکس تصور بعضی از مردم به‌هیچ‌وجه واگیردار و مسری نیست و برای افرادی که در تماس با فرد بیمار هستند هیچ خطری ندارد. در ضمن این بیماری به‌هیچ‌وجه ارتباطی با بیماری کبدی ندارد و رعایت رژیم غذایی لازم نیست.

او در مورد علت بروز این بیماری می‌افزاید: «علت بروز این بیماری مشخص نیست اما از آنجایی که در ۳۰ درصد موارد سابقه ابتلا در سایر افراد فامیلی دیده می‌شود، عامل ژنتیک و وراثت را در ایجاد این بیماری مؤثر می‌دانند. از علت‌های دیگر بروز این بیماری می‌توان به اتوایمون (مقابله سیستم دفاعی بدن با بخشی از سلول‌های بدن که به اشتباه بیگانه تلقی می‌شوند) اشاره کرد. وجود

## طب سنتی و ویتلیگو



**سکنجبین**

در طب سنتی سکنجبین به‌عنوان ترکیبی در نظر گرفته شده که می‌توان از آن برای درمان ویتلیگو کمک گرفت. برای مصرف آن بهتر است سکنجبین را با عسل و سرکه سیب مخلوط کرد و این ترکیب را روزانه نوشید.

**روغن زیتون**

می‌توان از روغن زیتون برای درمان پیسی استفاده کرد. مالدین روزانه روغن زیتون روی لکه‌های بدن باعث کمک‌رنگ‌تر شدن اثر آن‌ها می‌شود.

**شیره انجیر**

برای اینکه از شیره انجیر برای درمان پیسی استفاده شود باید آن را مانند یک لوسویون روی لکه‌ها زد. این ترکیب حاوی مقادیر بالایی از ویتامین C بوده و می‌تواند در کنترل لکه‌های روی پوست مؤثر باشد.

**زعفران**

زعفران به‌عنوان یکی از قدیمی‌ترین گیاهان دارویی جهان، خواص ضدالتهابی، ضدباکتریایی و ضدقارچی دارد که می‌تواند در درمان ویتلیگو بسیار مؤثر باشد.

علاوه بر روش‌های پزشکی، برخی از راه‌های دیگر نیز برای درمان خانگی ویتلیگو استفاده می‌شود. درمان‌های گیاهی برص و درمان پیسی در طب سنتی ازجمله آن‌هاست. اگرچه گزینه‌های درمان گیاهی متعدد است اما هنوز هیچ‌یک از آن‌ها به‌صورت قطعی تأیید نشده است. بعضی از آن‌ها عبارت‌اند از:

**عسل و سیاهدانه**

عسل و سیاهدانه ترکیبی مفید و مغذی برای تقویت سیستم ایمنی است که می‌توان از ترکیب آن‌ها به‌صورت روزانه برای درمان ویتلیگو نیز استفاده کرد.

**گردوی سوخته**

یکی از درمان‌های گیاهی برای پیسی، استفاده از گردوی سوخته پودر شده به همراه آب است. این خمیر را روزانه روی لکه‌ها مالیده تا به از بین بردن آن‌ها کمک کنید.

**قارچ گانودرما**

قارچ گانودرما یک ماده بسیار مؤثر در کنترل سیستم ایمنی است و می‌تواند در کنترل واکنش‌های التهابی بدن تأثیر زیادی داشته باشد. در طب سنتی از مصرف این قارچ به‌عنوان یکی از راه‌های درمان ویتلیگو استفاده می‌شود.

**لفل سیاه**

برخی منابع تأیید نشده بر این باورند که فلفل سیاه به دلیل رایحه تندى که دارد می‌تواند باعث تحریک رنگ‌دانه‌های پوستی شود و به همین دلیل از آن در درمان ویتلیگو استفاده می‌شود.

**سیر**

سیر برای تقویت سیستم ایمنی بدن مفید است. برخی از منابع طب سنتی از سیر برای مبارزه و درمان ویتلیگو استفاده می‌کنند.

**سرکه سیب**

در طب سنتی خوردن سرکه سیب برای درمان برص توصیه شده است. می‌توان با خوردن روزانه یک قاشق غذاخوری سرکه سیب در یک فنجان آب، از تأثیر آن برای درمان پیسی استفاده کرد.

## ویتامین‌های ضروری برای بیماری ویتلیگو

ویتلیگو یا همان پیسی یک اختلال خود ایمنی زم‌ن است که باعث می‌شود لکه‌های پوست رنگ‌دانه خود را از دست بدهند. بررسی‌های انجام شده حاکی از این است که کمبود ویتامین نقش عمده‌ای در بروز این اختلال دارد. از این‌رو مصرف ویتامین‌ها برای پیشگیری از این بیماری ضروری است. بعضی از ویتامین‌های مفید برای جلوگیری از بروز پیسی شامل موارد زیر هستند:

**• ویتامین C**

ویتامین C یکی از مهم‌ترین ویتامین‌هایی است که بدن به آن نیاز دارد. این ویتامین یکی از اصلی‌ترین عوامل برای حفظ سلامت و جوانی پوست است. مصرف مواد غذایی غنی از این ویتامین و استفاده از محصولات پوستی حاوی ویتامین C می‌تواند به بهبود وضعیت پوست کمک کند و از ظهور علائم پیری و مشکلات پوستی جلوگیری کند. ویتامین C یک آنتی‌اکسیدان قوی است که در تولید کلاژن و حفظ سلامت پوست نقش دارد. مطالعات نشان داده که مصرف ویتامین C به کاهش خشکی پوست و ترمیم زخم‌ها کمک می‌کند.

**• ویتامین A**

مقدار کافی از این ویتامین بر وضعیت پوست ما تأثیر می‌گذارد و اغلب به‌عنوان ویتامین پوست در نظر گرفته می‌شود. این ویتامین از تجدید ساختار سلولی پشتیبانی می‌کند و فرآیندهای پیری را در بدن کاهش می‌دهد. همچنین هنگام آفتاب گرفتن، از پوست در برابر خطر سرطان محافظت می‌کند.

**• ویتامین ۱۲B**

کمبود ویتامین ۱۲B ممکن است باعث اختلال در تولید سلول‌های پوستی شود که پیسی و خشکی پوست را ایجاد می‌کند. بر اساس برخی تحقیقات مصرف مکمل‌های ویتامین ۱۲B می‌تواند به بهبود علائم پوستی کمک کند.

**• ویتامین 9B فولیک اسید**

کمبود فولیک اسید ممکن است باعث پیسی و خشکی پوست شود. این ویتامین نقش مهمی در تولید سلول‌های پوستی و حفظ رطوبت پوست دارد. مصرف مکمل‌های فولیک اسید می‌تواند کمک کند.

**• ویتامین D**

ویتامین D از ویتامین‌های ضروری برای سلامتی پوست است که تأثیرات مهمی روی آن دارد. ویتامین فوق می‌تواند به‌عنوان یک عامل مرطوب‌کننده برای پوست عمل کند. مصرف این ویتامین موجب حفظ رطوبت پوست شده و از پیدایش و پیشرفت خشکی پوست و پیسی جلوگیری می‌کند. ویتامین D نقش مهمی در تقویت و بهبود عملکرد باریکه‌های پوستی دارد که حفظ رطوبت پوست را در پی دارد. همچنین دارای خواص ضدالتهابی است که باعث کاهش التهاب‌های پوستی مانند آکنه می‌شود. این ویژگی می‌تواند به بهبود وضعیت پوست مبتلا به این نوع التهابات کمک کند. مطالعات نشان داده که مصرف ویتامین D بهبود علائم پوستی را به همراه دارد.

**• ویتامین E**

ویتامین E یکی از آنتی‌اکسیدان‌های قوی است که می‌تواند تأثیرات مهمی بر روی سلامت و زیبایی پوست داشته باشد. این ویتامین یکی از قوی‌ترین آنتی‌اکسیدان‌های طبیعی است که از آسیب‌های اکسیداتیو ناشی از اشعه UV آفتاب به پوست جلوگیری می‌کند. این ویژگی باعث می‌شود ویتامین مذکور به‌عنوان یک عامل پیشگیری از پیری زودرس پوست عمل کند و از ظهور چین و چروک‌های پوستی جلوگیری کند. این ویتامین یک مرطوب‌کننده طبیعی برای پوست تلقی می‌شود. مصرف ویتامین E پوست را مرطوب نگه می‌دارد و مانع پیدایش و پیشرفت خشکی پوست و پیسی می‌شود. این ویتامین می‌تواند به‌عنوان عامل مؤثر در حفظ سلامت و جوانی پوست باشد.



## روش‌های کنترل ویتلیگو



پیشرفت بیماری ویتلیگو جلوگیری کنند.

**• لیزر اگزایمر**

لیزر اگزایمر طول موجی از اشعه ماوراءبنفش نزدیک به باند باریک UVB ساطع می‌کند. این برای بیمارانی که ضایعات گسترده یا بزرگ ندارند بهتر است؛ زیرا مناطق کوچک را بهتر و بیشتر تحت تأثیر قرار می‌دهد.

**• عمل پیوند رنگ‌دانه سلول‌های پوستی اتولوگ (از بیمار)**

پوست از یک قسمت بدن بیمار گرفته می‌شود و سلول‌های پوستی کشت شده و به قسمت‌های مورد نظر پیوند می‌شود. بعد روی آن را می‌پوشانند و پانسمان می‌کنند که این کار پیوند کوچک نام دارد.

**• میکروپیگمنتیشن**

نوعی وارد کردن رنگدانه در نواحی از پوست که دچار آسیب شده است. البته این روش نیاز به تجربه و مهارت از سمت کسی دارد که آن را انجام می‌دهد.