



## پوست شما سلامتیتان را نشان می دهد

محققان می گویند از پوست بدن می توان برای اطلاع از وضعیت سلامتی استفاده نمود. تعداد زیادی از بیماری های مهم، که برخی از آنها بسیار خطرناک هستند، ابتدا به صورت ناراحتی های پوستی ظاهر می شوند



## جوش پروانه‌ای (butterfly rash)

ظاهر شدن جوش پروانه‌ای بر روی صورت، اغلب اولین نشانه بیماری لوپوس است. اما نباید زود نتیجه گرفت، زیرا محققان می‌گویند شاید این جوش نشانه روزاسه (نوعی بیماری مربوط به بینی و گونه‌ها که با ضایعات آکنه مانند مشخص شده و باعث سرخی قسمت‌هایی از صورت می‌شود)، التهاب پوست تماسی، و گاهی اوقات لوپوس باشد. تنها با انجام تست‌های بیش‌تر می‌توان مطمئن شد این جوش واقعاً نشانه لوپوس است.



## پلاک‌های مخملی

مشاهده نمودن پلاک‌های مخملی بر روی گردن و یا زیر بغل به وجود بیماری دیابت اشاره دارد. این ناراحتی، که آن را **Acanthosis Nigricans** می‌نامند، ممکن است خوش‌خیم بوده یا در اثر چاقی ایجاد شود، اما در اغلب موارد یکی از نشانه‌های دیابت است. در مواردی نادر که **Acanthosis Nigricans** در نقاط دیگر بدن مانند دست یا لب ظاهر می‌شود، امکان دارد نشانگر وجود سرطان در داخل بدن باشد.



## پلاک لبه قرمز دارای مرکز طلایی رنگ بر روی ساق پا

*Necrobiosis lipoidica diabetorum* نامی است که پزشکان برای این ناراحتی انتخاب کرده‌اند. از اسم این ناراحتی مشخص است که نشانه بارزی از بیماری دیابت می‌باشد، اما این یک ناراحتی نادر است و امکان دارد ابتدا به صورت لکه (پچ) مات مایل به قرمزی ظاهر شود که بعداً براق‌تر شده و از حاشیه بارزی برخوردار می‌شود. گاهی اوقات امکان دارد پوست آسیب دیده ترک بخورد و خارش کند یا دردناک شود.



## ورم‌های خارش‌دار بنفش رنگ بر روی میچ دست

لیکن پلان ( Lichen Planus ) جوشی است که از ورم‌های (پاپول‌های) مایل به قرمز ارغوانی رنگی که قسمت بالایی آنها مسطح است تشکیل شده و امکان دارد به شدت خارش کند. لیکن پلان معمولاً روی میچ دست یا قوزک پا ظاهر می‌شود، اما امکان دارد در دهان یا روی قسمت پایینی پشت بدن، گردن، ساق پاها، و اندام‌های تناسلی هم بروز کند. علت ایجاد این ناراحتی مشخص نیست، اما اگر دچار آن هستید شاید لازم باشد کبد شما را تست کنند. ممکن است لیکن پلان با هپاتیت C ارتباط داشته باشد



## ظاهر شدن لکه‌هایی به رنگ گوشت و شبیه پوست پرتقال روی قسمت پشت بدن

لکه‌هایی شبیه چرم‌دان، که ضایعاتی به رنگ گوشت هستند، در قسمت پایینی پشت ظاهر می‌شوند و معمولاً از بافتی شبیه پوست پرتقال برخوردارند. این لکه‌ها اغلب همراه با دیگر نشانه‌های پوستی بروز می‌کنند، مانند ورم‌های آکنه مانند قرمز یا قهوه‌ای رنگ که در گونه‌ها و بینی پخش می‌شوند؛ و لکه‌هایی به شکل برگ درخت زبان گنجشک روی پوستی که کم‌تر از میزان نرمال رنگدانه دارد، و این لکه‌ها بیش‌تر از همه روی تنه بروز می‌کنند و در یک انتها بیضی شکل و در انتهای دیگر نوک تیز می‌باشند. اینها نشانه‌های یک بیمار نادر ژنتیکی به نام توبروس اسکروزیس هستند که باعث رشد تومورهای خوش‌خیمی در مغز و در دیگر اندام‌های حیاتی می‌شود.



## کف دستی با پوست مخملی و ضخیم

ناراحتی پوستی را توصیف می‌کند که در آن پوست کف دست ضخیم می‌شود و به رنگ مخمل سفید درمی‌آید و در خطوط موجود در دست چین خوردگی‌های مشخصی به وجود می‌آید، و پوست به سیرابی جوشانده شده شباهت دارد. تقریباً ۹۰٪ از موارد این ناراحتی با سرطان ارتباط دارند. اگر تنها کف دستان به این ناراحتی دچار باشند، شاید سرطان ریه دلیل ایجاد آن باشد. اگر کف دست شبیه سیرابی یا شیردان همراه با **Acanthosis Nigricans** باشد، احتمال وجود سرطان معده بیش‌تر خواهد بود.

## دست و پای چوبی

Nephrogenic systemic fibrosis (فیروز سیستمیک کلیوی)، که اول بار در سال ۱۹۹۷ توصیف شد، به صورت تغییر رنگ پوست به رنگ قهوه‌ای و فرورفتگی قسمت پایینی بازو و ساق پا آغاز می‌شود، و اندکی بعد دست‌ها و پاها قهوه‌ای رنگ و شبیه چوب می‌شوند. گاهی اوقات لکه کوچک زرد رنگی هم در چشم به وجود می‌آید. محققان تنها در این اواخر دریافتند ماده حاجب گادولینیوم که در تست ام.آر.آی استفاده می‌شود این ناراحتی را در برخی از بیمارانی راه‌اندازی می‌کند که دچار بیماری کلیوی هستند.





## جوش پوسته‌دار روی کیل، قرمز شدن زبان

Necrolytic migratory erythema، اریتم یا سرخی سیستمیک تغییر محل‌دهنده)، که خوشبختانه نسبتاً نادر است، جوش قرمز پوسته‌داری می‌باشد که گاهی اوقات با ساییدگی یا زخم‌های سطحی کوچکی همراه است، و در اغلب موارد در بیماران مسن مشاهده می‌شود. این جوش معمولاً در چین یا تاخوردگی کیل یا کف دست ظاهر می‌شود، اما امکان دارد در نقاط دیگر بدن هم بروز نماید. یکی از علائم رایج این ناراحتی، به رنگ قرمز براق درآمدن و دردناک شدن زبان است. این ناراحتی معمولاً نشانگر وجود تومور لوزالمعده می‌باشد (که معمولاً یک Glucogenoma است).



## همه ناراحتی‌های پوستی ترسناک نیستند

بسیاری از ناراحتی‌های پوستی نشانگر وجود بیماری دیگری نمی‌باشند. به‌عنوان مثال، گرانولوم حلقوی شکل یا ( Granuloma Annulare گرانولوم توموری است که از جوانه‌های گوشتی تشکیل می‌شود) ورم‌های برجسته و مایل به قرمز یا به رنگ گوشتی است که نقش و نگارهای حلقوی شکلی را در دست یا در پا تشکیل می‌دهند. معمولاً این نقش و نگارهای حلقوی شکل ظرف مدت دو سال برطرف می‌شوند و به‌وجود بیماری دیگری اشاره ندارند. اگر این ناراحتی به‌صورت گسترده‌تری وجود داشته باشد، شاید برطرف شدن آن مدت بیش‌تری طول بکشد.