

پوست در بارداری

بارداری دوره ای از تغییرات هورمونی و متابولیک عمیق است که بدن آن را برای مدت نسبتاً کوتاهی تحمل می کند و در طی آن تغییرات متعددی در پوست، ناخن و موها بروز می کند، بشوراتی که در دوران بارداری مشاهده میشوند همگی از اهمیت یکسانی برخوردار نیست برخی از آنها تغییرات پوستی شایعی هستند که تقریباً در تمام زنان باردار دیده میشوند البته تعدادی از بیماری های پوستی نیز وجود دارند که اختصاصاً با حاملگی همراه هستند. همچنین حاملگی میتواند سبب تشدید یا تخفیف بسیاری از بیماری های پوستی شود که اختصاصاً به این دوران ندارد.

تغییرات شایع در پوست و ضمایم

الف - تیره شدن پوست (هیپرپیگماتاسیون)

درجات مختلفی از افزایش رنگدانه در پوست که منجر به تیره شدن منتشر آن میشود در ۹۰ درصد زنان بارداری اتفاق می افتد این تغییر در خانم هایی که موی تیره و پوست سفید دارند دیده میشود. قسمت هایی از بدن که به طور طبیعی تیره تر هستند تیرگی بیشتری پیدا می کنند مخصوصاً نوک سینه ها و هاله اطراف آنها، نواحی تناسلی و خط میانی دیواره شکم که در این زمان اصطلاحاً به آن خط سیاه گفته میشود. همچنین گاهی تغییر مشابه در زیر بغل و کشاله ران ها نیز مشهود است این تغییر رنگ معمولاً بعد از حاملگی از بین میرود ولی ممکن است



درجاتی از آن باقی بماند.

همچنین در طول بارداری خال های تیره ممکن است بزرگتر و یا تیره تر شده و خال هایی که قبلاً مورد توجه قرار نگرفته اند مشخص گردند باید توجه داشت که تغییرات ذکر شده در خال ها به طور کم و بیش یکسان و متناسب در تمام خال ها اتفاق می افتد ولی اگر یک خال به تنهایی با تغییرات واضح در اندازه و یا رنگ پیدا کند و یا دچار علائمی نظیر خارش، سوزش و یا احیاناً خونریزی گردد حتماً باید توسط متخصص پوست بررسی گردد یک طرح مشخص از تیره شدن پوست که حدود ۷۰ درصد از زنان باردار مخصوصاً سبزه ها در نیمه دوم حاملگی دیده میشود ماسک حاملگی است که در نواحی مختلف صورت ظاهر میشود این تیرگی عموماً لب بالا، گونه ها، پیشانی و چانه را گرفتار می کند و به دنبال تماس با آفتاب نیز تشدید میشود.



این نواحی تیره عموماً به رنگ قهوه ای و اغلب دو طرفه و قرینه هستند. تغییر رنگ مشابه ماسک حاملگی در زنان غیر باردار که از قرص های ضد بارداری استفاده می کنند و یا گاهی حتی در مردان نیز دیده میشود ماسک حاملگی بعد از زایمان ممکن است



از بین برود و یا درجاتی پایدار باقی بماند.

ب - مو

بیشتر زنان در دوران بارداری به درجاتی از پرموئی دچار میشوند که معمولاً در صورت، مشخص تر از سایر نواحی است با این وجود احتمال گرفتاری بازو، ساق و پشت پا نیز وجود دارد این موی اضافی که به علت افزایش در نسبت موهای در حال رشد در مناطق مختلف بدن است تحت تاثیر عوامل هورمونی بوده و در عرض ۶ ماه پس از زایمان غالباً از بین میرود همچنین به علت مشابه یعنی افزایش در نسبت موهای در حال رشد، موهای سر نیز پر پشت تر از حالت طبیعی شده و از ریزش طبیعی موها نیز به طور قابل ملاحظه ای کاسته میشود. به همین دلیل اغلب خانمها از موهای خود در طی دوران بارداری اظهار رضایت می کنند به دنبال زایمان و برگشت وضعیت هورمونی بدن به حالت طبیعی برگشت پیدا می کند که این حالت با ریزش موی نسبتاً شدیدی در ۳ الی ۵ ماه پس از زایمان مشخص میشود. اکثر افراد به طور طبیعی روزانه حدود ۵۰ تا ۷۵ تار مو از دست می دهند ولی ریزش مو پس از زایمان به بیش از ۱۰۰ مو در روز بالغ میشود.





یا من اسمہ دواء و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

تغییرات پوست

در بارداری

کد محتوا: ۲۳۶



<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

عامل ایجاد کننده ، تومور نباشد این مشکل در حاملگی های بعدی تکرار میشود و این حالت از پر موئی ممکن است بین حاملگی ها پس رفت پیدا کند اما همیشه کامل نیست .

ج- ناخن ها :

خانم های باردار اغلب از شکنندگی ناخن ها و ایجاد شیارهای عرضی در آنها شکایت می کنند و در مواردی نیز امکان دارد که صفحه ناخن از بستر آن جدا گردد . این تغییرات ناخنی نیز به تغییرات هورمونی در بدن نسبت داده میشود ولی از آن جای که ارتباط این تغییرات با حاملگی نا مشخص است جهت بررسی سایر علل بایستی مورد معاینه قرار بگیرند همچنین خطوط طولی تیره رنگی ممکن است در طول حاملگی در ناخن ها دیده شود.



مشاور علمی: خانم دکتر صابرو خانم دکتر فرمانی

"دستیار تخصصی پوست"

منبع: Dermatology Jean L Fourth Edition:

Bologna

طراحی و تدوین: محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش

سلامت"

بروز رسانی دفتر آموزش سلامت الزهرا(س) تیرماه ۱۳۹۹

اگر چه داشتن زایمان سخت و طولانی خصوصا اگر همراه با خونریزی شدید باشد در تشدید این حالت موثر است اما بر خلاف عقیده عموم شیردادن به نوزاد تاثیری در روند آن ندارد این حالت نیاز به درمان خاص نداشته و رشد مجدد طبیعی موها در عرض ۶ ماه الی ۱ سال کامل میشود و تراکم موها به حالت پیش از بارداری بر می گردد .



به ندرت در پایان حاملگی درجه خفیفی از پس نشینی خط رویش مو در ناحیه پیشانی و شقیقه ها بروز می کند که احتمال دارد به حالت طبیعی بازگشت نموده و یا به صورت غیر طبیعی باقی بماند همچنین به ندرت ممکن است افزایشی در موهای تیپ مردانه در ناحیه صورت خصوصا چانه ، گردن و پشت لب در نیمه دوم حاملگی صورت گیرد این حالت ممکن است ناشی از افزایش ترشح هورمونهای مردانه و یا ناشی از افزایش ترشح هورمون های مردانه و یا ناشی از یک تومور ترشح کننده آنها باشد و لذا این بیماران بایستی به دقت توسط پزشک مورد بررسی قرار گیرند در صورتی که