



مسئولیت متن و شکل بدوش نویسنده مضمون میباشد، عقیده نویسنده لزوماً نظر افغان جرمن آنلاين نمی باشد



۲۰۲۶/۰۷/۱۹

ډاکټر ش میره کی

پیس (Vitiligo) څرنگه ناروغي ده؟

لاتین نوم: Vitiligo (ویټیلیگو)

پښتو نوم: پیس یا د پوستکي سپینې داغونه

تعریف:

ویټیلیگو (Vitiligo) یوه مزمنه (اوږدمهاله) د پوستکي ناروغي ده چې په هغې کې د پوستکي رنگ جوړوونکي حجرې (Melanocytes – د میلانین جوړوونکي حجرې) له منځه ځي یا خپل فعالیت له لاسه ورکوي. د دې له امله د پوستکي په بېلابېلو برخو کې سپین داغونه پېدا کېږي.

لاملونه (Causes):

د ویټیلیگو دقیق لامل لا هم بشپړ نه دی معلوم، خو لاندې عوامل مهم گڼل کېږي:

1. د بدن دفاعي ځواک گډوډي (Autoimmune Disease – اتوایمیون ناروغي): د بدن دفاعي ځواک په تېروتنه د میلانوسایټ حجرې له منځه وړي.
2. وراثت (Genetic Factors – ارثي عوامل): که په کورنۍ کې څوک ویټیلیگو ولري، خطر یې زیات وي.
3. رواني فشار (Stress – ذهني فشار): سخت رواني فشار د ناروغۍ په پیل یا زیاتېدو کې رول لرلای شي.
4. د پوستکي ټپ (Skin Trauma – د پوستکي زخم): سوځېدنه، ژوبله یا جراحي وروسته ځینې وخت نوي داغونه جوړېږي.
5. نور اتوایمون ناروغۍ: د تایرایډ ناروغي (Thyroid Disease) د شکر لومړۍ ډول (Type 1 Diabetes) الوپسیا (Alopecia Areata – د ویښتانو داغي توپېدنه)

نښې او نښانې (Signs and Symptoms):

- د پوستکي سپین یا بې رنگه داغونه.
- داغونه اکثر د لاسونو، پښو، مخ، شونډو او سترگو شاوخوا پېدا کېږي.
- د ویښتانو سپینېدل (Leukotrichia – د ویښتانو سپینېدل).
- د ږیرې یا ورځو سپینېدل.
- د خولې او پوزې د مخاطي غشاگانو رنگ بدلېدل.
- د بدن دواړو خواوو ته ورته داغونه (Symmetrical lesions).

د پاڼو شمېره: له 1 تر 4

افغان جرمن آنلاين په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له موږ سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de

یادونه: دلیکنې د لیکنیزې بڼې پازوالي د لیکوال په غاړه ده، هیله من یو خپله لیکنه له رالیرلو مخکې په څېر و لولئ

يادونه: ويتيلېگو درد، خارش يا ساري والی نه لري.

ډولونه (Types) :

1. Non-segmental Vitiligo (غیر قطعېي پېس):
 - تر ټولو عام ډول.
 - د بدن دواړو خواوو ته وي.
2. Segmental Vitiligo (قطعېي پېس):
 - يوازې د بدن په يوه برخه کې وي.
 - اکثر په کوچنيوالي کې پيل کېږي.
3. Generalized Vitiligo (عمومي پېس):
 - د بدن ډېره برخه نيسي.
4. Localized Vitiligo (محدود پېس):
 - يوازې په يوه يا څو کوچنيو ځايونو کې وي.

تشخيص (Diagnosis) :

ډاکټر د لاندې لارو تشخيص کوي:

- Clinical Examination (کلينيکي معاینه)
- Wood's Lamp Examination (د وود څراغ معاینه) چې سپين داغونه ښه څرگندوي.
- د وينې معاینات:
- TSH (د تايرايډ هورمون ازموینه)
- د شکر معاینات که اړتيا وي.
- Skin Biopsy (د پوستکي نمونه اخيستل) يوازې په ځانگړو مواردو کې.

اختلاطات (Complications) :

که څه هم ناروغي خطرناکه نه ده، خو لاندې ستونزې رامنځته کولای شي:

- رواني فشار او خپگان.
- د ځان باور کمېدل.
- د لمر وړانگو ته زيات حساسيت.
- د پوستکي ژر سوځېدل.
- د نورو اوتوايمون ناروغيو خطر زياتېدل.

مخنيوی (Prevention) :

د ويتيلېگو بشپړ مخنيوی ممکن نه دی، خو لاندې سپارښتنې مرسته کوي:

- د لمر ضد کريم (Sunscreen) – د لمر ضد کريم کارول.
- له سخت رواني فشار څخه ځان ساتل.
- د پوستکي له ټپونو مخنيوی.
- متوازنه او سالمه غذا.
- د اوتوايمون ناروغيو منظم تعقيب.

درملنه (Treatment) :

تر اوسه داسې درملنه نشته چې ناروغي په بشپړه توگه ختمه کړي، خو لاندې لارې اغېزمنې دي:

د پاڼو شمېره: له 2 تر 4

افغان جرمن آنلاين په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له موږ سره اړيکه ټينگه کړئ maqalat@afghan-german.de

يادونه: دلېکنې د ليکنيزې بڼې پازوالي د ليکوال په غاړه ده، هيله من يو خپله ليکنه له راليږلو مخکې په ځير و لولئ

۱. موضعي درمل (Topical Treatment) :

- Topical Corticosteroids (موضعي کورټیکوسټیرایډونه)
- Tacrolimus (ټاکرولیموس) مرهم
- Pimecrolimus (پیمیکرولیموس) کریم

۲. د رڼا درملنه (Phototherapy) :

- Narrow-band UVB Therapy (تنګه څپه الټرا وایلیټ B درملنه – (تر ټولو اغېزمنه طریقه.
- Excimer Laser (اکسایمر لېزر) د محدودو داغونو لپاره.

۳. جراحي درملنه (Surgical Treatment) :

په هغو کسانو کې چې ناروغي ثابته شوې وي:

- Skin Grafting (د پوستکي پیوند)
- Melanocyte Transplantation (د میلانوسایت حجرو انتقال)

۴. د رنګ یو شان کول (Depigmentation Therapy)

که د بدن ډېره برخه اغېزمنه وي، ځینې وخت د پاتې نورمال پوستکي رنګ هم سپینېږي ترڅو ټول بدن یو شان ښکاره شي.

۵. رواني ملاتړ :

- د ارواپوه مشوره.
- د کورنۍ او ټولنې ملاتړ.

د ژوند طرز سپارښتنې :

- د SPF 30 یا تر دې لوړ لمر ضد کریم استعمال کړئ.
- داغونه له لمره وساتئ.
- سالمه غذا وخورئ.
- له سگریټو څخه ډډه وکړئ.
- منظم د پوستکي متخصص (Dermatologist – د پوستکي متخصص) ته مراجعه وکړئ.

مهم حقیقتونه:

- ویتیلیګو ساري ناروغي نه ده.
- له یو کس څخه بل ته نه انتقالېږي.
- سرطان نه دی.
- ژوند ته مستقیم خطر نه لري.
- د مناسبې درملنې په وسیله په ډېرو ناروغانو کې د پوستکي رنګ تر یوه حده بېرته راګرځېدای شي.



د پانو شمېره: له 4 تر 4

افغان جرمن آنلاین په درنښت تاسو همکارۍ ته راښوولې. په دغه پته له موږ سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de
یادونه: دلېکنې د لیکنیزې بڼې پازوالې د لیکوال په غاړه ده ، هيله من یو خپله لیکنه له رالیرلو مخکې په ځیر و لولئ