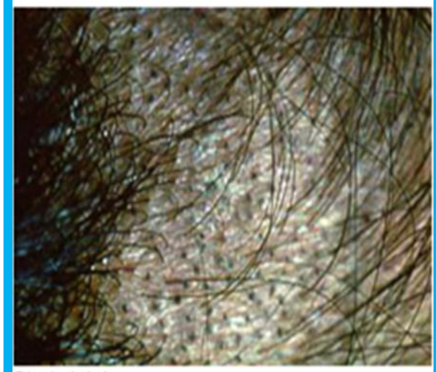
ቆረቆር (Tinea Capitis)



Black dot ringworm

ቆረቆር (TINEA CAPITIS OR 'SCALP RINGWORM') በራስ ቅል ቆዳ ና ፀጉር ላይ የሚከሰት የፈንገስ እንፌክሺን ሲሆን በአብዛኛዉ ጊዜ ከ3 እስከ 14 ዓመት እድሜ ክልል ዉስጥ ያሉ ልጆችን ያጠቃል፡፡ ከታማሚ ጋር በሚኖር የቀጥታ ንክኪ ና እንደ ማበጠርያ፣ ፎጣ፣ ኮፍያ ያሉ ቁሳቁሶችን በመጋራት ይተላለፋል፡፡ በቂ የሆነ ህክምና ከተገኘ በሽታዉ ሙሉ በሙሉ ይፈወሳል፡፡ በዝህ የመረጃ ፅሁፍ ላይ የቆረቆር መንስኤ፣ መተላለፍያ መንገዶች፣ ህክምና እና መከላከያ መንገዶች ይዳሰሳል፡፡

የቆረቆር መንስኤዎች ምንድን ናቸዉ?

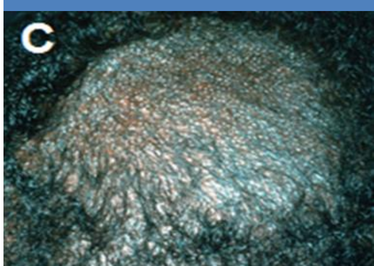
- **ቆረቆር ዴርማቶፋይትስ** (Dermatophytes) **በሚባሉ የፈንገስ ዝርያዎች** የሚመጣ የቆዳ ና ፀጉር እንፌክሺን ሲሆን፤ እነዚህ በቁጥር ብዙ የሆኑት የፈንገስ አይነቶች በበሽታዉ የተጠቁ ሰዎች፣ እንስሳት ላይ ና አፈር ዉስጥ ይገኛሉ፡፡

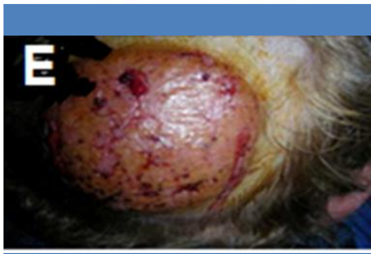
- **ቆረቆር ተላላፊ በሽታ ነዉ፡፡** በሽታዉ ከታማሚ ጋር በሚኖር የቀጥታ ንክኪ ና እንደ ማበጠርያ፣ ፎጣ፣ ኮፍያ፣ የፀጉር ብሩሽ፣ ልብሶች፣ መኝታ እና ሌሎች የቤት ቁሳቁሶችን ከታማሚዉ ጋር በመጋራት ይተላለፋል፡፡

የቆረቆር ምልክቶች ምንድን ናቸዉ?

- የራስ ቅል ቆዳ ማሳከክ፣ ቅላት፣ ድርቀት
- የራስ ቅል ፀጉር መሰባበር ና መመለጥ
- በመጠን አነስ ያሉ፣ ቀያይ እብጠቶች (Papules)
- ጫፋቸዉ ላይ መግል የያዙ እብጠቶች (Pustules)
- ቢጫ መልክ ያለዉ ቅርፊት
- የፀጉሮች መጣበቅ
- በቅርፊት የተሸፈኑ፣ በዉስጣቸዉ መግል የያዙ እብጠቶች (kerion)
- በአንገት አካባቢ የሚገኙ የሊንፍ እጢዎች እብጠት ና ህመም
- ትኩሳት
- የሰዉነት በሽታ መከላከያ ስርዓት በሚፈጥረዉ አፀፋሚ ምላሽ ሌሎች የሰዉነት ክፍሎች ላይ የሚያሳክኩ ሽፍታዎች ይወጣሉ፤ ይህም 'id reaction' ያባላል፡፡

የቆረቆር አይነቶች





የቆረቆር አይነቶች (Types Of T. Capitis (Clinical Variants))

በታመሚዉ ላይ በሚታዩ ምልክቶች ላይ በመመርኮዝ ቆሮቆር እንደሚከተለዉ ይከፈላል።

- **በብግነት ያልታጀበ ቆሮቆር (Non Inflammatory Tinea Capitis) ይህ ምድብ አራት አይነት ተጨማሪ ክፍልፋች አሉት**
  - **ግሬይ ፓች (**`*gray patch` type*) **(ስዕል- A ይመልከቱ)**
  - **ሞዝ ኢትን (Moth eaten) (ስዕል- B ይመልከቱ)**
  - **ሴቦሪክ (diffuse scale/seborrhoeic type) (ስዕል- C ይመልከቱ)**
  - **ብላክ ዶት ('black dot' type) (ስዕል- D ይመልከቱ)**

- **በብግነት የታጀበ ቆሮቆር (Inflammatory Tinea Capitis) ይህ ምድብ ሶስት አይነት ተጨማሪ ክፍልፋች አሉት**
  - **ኬሮይን (Kerion) (ስዕል-E ይመልከቱ)**
  - **ፑስቱላር ('diffuse pustular' type/)**
  - **ፈቨስ (Favus) (ስዕል- F ይመልከቱ)**

ቆረቆር ይታከማል?

ቆረቆር በምን አይነት ምርመራ ተለይቶ ይታወቃል?

ቆረቆር በበሽታዉ ምልክት ብቻ በሐኪም ተለይቶ ሊታወቅ ይችላል። አጠራጣሪ ሁኔታዎች ላይ ግን የላቦራቶሪ ምርመራ በማድረግ ማረጋጋጥ ይቻላል።

ቆረቆር በህክምና ይፈወሳል ከህክምናዉ ምን ይጠብቃሉ?

በሽታዉ በህክምና ሙሉ በሙሉ ይፈወሳል። ህመሙ በቀጥታ ንክኪ ስለሚተላለፍ በድጋሚ የመያዝ እድል ስለሚኖር፤ የቤተሰብ አባላትን ና የቅርብ ግንኙነት ያላቸዉን ሰዎች መመርመር ና ማከም ያስፈልጋል።

ቆረቆር በምን ይታከማል?

ለቆረቆር ማከሚያነት የሚያገለግሉት መድሀኒቶች

- የሚዋጡ አንቲፈንጋል መድሐኒቶች (Oral Antifungals)
  በሐኪም ትእዛዝ ብቻ የሚሰጡ ሲሆኑ፤ መድሐኒቶቹም (Griseofulvin፣ Terbinafine፣ Fluconazole፣ Itraconazole) ናቸዉ።

- የመድሐኒት ይዘት ያላቸዉ ሻምፖዎች፡
  ያለሐኪም ትእዛዝ የሚሸጡ ሲሆኑ እነሱም 2% ketoconazole ና 1% selenium sulphide ናቸዉ።

1) የሚዋጡ አንቲፈንጋል መድሐኒቶች (Oral Antifungals)

ግሪሶፋልቪን (Griseofulvin)

ግሪሶፋልቪን የፀጉር፣ የቆዳ ና የጥፍር እንፌክሺን የምያመጡ የፈንገስ ዝርያዎችን ለማከም ያገለግላል። በተለያየ የጥንካሬ ደረጃ ፤ በኪኒን ወይም ሽሮፕ መልክ የዘጋጃል፤ የህፃናት ቆሮቆር በሽታን ለማከም የሚዉል ብቸኛ መድሐኒት ነዉ።

ግሪሶፋልቪን ከመጠቀምዎ በፊት ማወቅ የሚገባዎት ነገሮች

ክልከላ: በመድሐኒቱ ዉስጥ ለሚገኙ ማንኛዉም ንጥረ ነገሮች አላርጂክ ከሆኑ መድሐኒቱን ፈፅሞ አይተቀሙ። በመድሐኒቱ ዉስጥ ሊኖሩ የሚችሉት ንጥረ ነገሮች የሚከተሉት ናቸዉ Griseofulvin maize starch, microcrystalline cellulose, sodium laurilsulphate, povidone, magnesium stearate, hypromellose, ethylcellulose, polysorbate 80, and propylene glycol.

- ለነፍሰጡር እናት ወይም የማርገዝ እቅድ ላላት እናት ና አጥቢ እናት፣
- የጉበት ችግር (Hepatocellular Failure), ፖርፊሪያ (Porphyria) ና Systemic Lupus Erythematosus የሚባሉ በሽታዎች ካለብዎ።

ጥንቃቄ: የጉበት ህመም ካለብዎ፣ penicillin፣ cephalosporins ለሚባሉ መድሐኒቶች አላጂክ ከሆኑ፤ የወሊድ መከላከያ እንክብል (OCP) ብቸኛ ዘዴዎ ከሆነ፤ ልጅ ለመዉለድ እቅድ ያልዎት አባት ከሆኑ፤ አልኮል መጠጥ የሚጠቀሙ ከሆነ መድሐኒቱን ከመተቀምዎ በፊት ሐኪምዎን ያማክሩ።

አጠቃቀም: የሚሰጠዉ ዶዝ (መጠን) በሰዉነት ክብደት ልክ ይሰላል፤ ከ20 – 25 ሚ.ግ. በእያንዳዱ ኪሎ በቀን አንድ ጊዜ ብቻ ይወሰዳል፤ እንደ ህመሙ ክብደት ከ6-12 ሳምንት ለሚሆን ጊዜ ይወሰዳል።

- በኪኒን/ሽሮፕ መልክ የዘጋጃል፤ ኪኒኑን ሳይሰባበር/ ሳይታኝክ መዋጥ አለበት
- በ24 ሰዓት አንዴ በተመሳሳይ ሰዓት ላይ ይወሰዱ፤ መድሐኒትዎን በሰዓቱ መዉሰድ ከረሱ እና በ12 ሰዓት ዉስጥ ካስታወሱ መዉሰድ ይቻላል፤ ከዝህ ካለፈ ግን ቀጣዩን ዶዝ ሰዓቱን ጠብቆ መዉሰድ ይመከራል
- ኪኒን መዋጥ ለማይችሉ ህፃናት ኪኒኑን በመፍጨት በትንሽ ዉሃ በጥብጦ ፣ ወይም በወተት ና በጭማቂ መዋጥ ይቻላል።
- ዉሃ ሟሚ ስላልሆነ በአንጀት ዉስጥ የሚኖረዉ ምጠት አነስተኛ ነዉ።
- የመድሐኒቱን የምጠት መጠን ለመጨመር ከፍተኛ ቅባት ያላቸዉን የምግብ አይነቶች (ለምሳሌ፤ ወተት፣ ቅቤ....) መመገብ አስፈላጊ ነዉ

የጎንዮሽ ችግሮች (Side Effects)

ግሪሶፋልቪን ለረዥም ጊዜ ቢወሰድ እንኳ የማይጎዳ (Safe) መድሐኒት ነዉ።

ከባድ ችግሮች: ፈሳሽ ያዘሉ ሽፍታዎች፣ የቆዳ መላላጥ(መሸርሸር)፣ የአይን ቢጫ መሆን፣ ለፀሐይ ብርሃን የሚጋለጡ የሰዉነት ክፍሎች ላይ የሚታይ ሽፍታ ፣ የቀለም ለዉጥ የዉስጥ ህመም ...ወዘተ ከተከሰቱ መድሐኒቱን አቋርጠዉ በፍጥነት ወደ ሐኪምዎ መቅረብ ይኖርቦታል።

ግሪሶፋልቪን (Griseofulvin)

- በህመም ምልክትዎ ላይ የሚኖረዉ ለዉጥ (መሻሻል) አዝጋሚ ስለሆነ በትዕግስት መድሐኒትዎን ይከታተሉ።
- በአጠቃላይ የግሪሶፋልቪን የጎንዮሽ ችግሮቹ አልፎ አልፎ ጥቂት ሰዎች ላይ የሚከሰቱ ና ከፍተኛ ጉዳት የማያደርሱ ናቸዉ። እነሱም:- ማቅለሽለሽ፣ የራስምታት፣ ቆዳ ላይ የሚወጡ ሽፍታዎች... ናቸዉ። ችግሮቹ ቢከሰቱም መድሐኒቱ ሳይቋረጥ መጨረስ ያስፈልጋል።
- ልጅዎ መድሐኒቱ ካስታወከዉ(ት)
  - ከ30 ደቂቃ በፊት ካስታወኩ መድሐኒቱን በድጋሚ ይስጡ፤
  - 30 ደቂቃ ካለፈ ግን ቀጣዩን ዶዝ ሰዓቱን ጠብቀዉ ይስጡ።
- ከግሪሶፋልቪን ጋር የማይወሰዱ መድሐኒቶች : ልጅዎ ለሌላ ህመም የሚሰጡ መድሐኒቶች ተጠቃሚ ከሆነ ለሐኪምዎ ያሳዉቁ
- ግሪሶፋልቪን የወሊድ መከላከያ እንክብሎችን ዉጤታማነት ይቀንሳል፤ ተጨማሪ ዘዴዎችን መጠቀም አስፈላጊ ነዉ።
- ግሪሶፋልቪን የወንድ ዘር ፈሳሽ ላይ ጉዳት በማድረስ የሚፈጠረዉ ፅንስ ላይ ችግር ሊፈጥር ይችላል፤ መድሐኒቱ በሚወሰድበት ወቅት ና ካለቀ በኃላ እስከ 6 ወር ድረስ ፅንስ እንዳይከሰት መደረግ አለበት።
- አቀማመጥ፤ ግሪሶፋልቪንን
  - የሙቀት መጠኑ ከ25^{0}ሴ በታች የሆነ ቦታ ያስቀምጡ፣
  - የፀሐይ ጨረር በቀጥታ የማያገኘዉ ቦታ ያስቀምጡ
  - ህጻናት ከማይደርሱበት ቦታ ያስቀምጡ፣

2) የመድሐኒት ይዘት ያላቸዉ ሻምፖዎች፡ (Medicated Shampoos)

ኬቶኮናዞል ሻምፖ (2% Ketoconazole Shmpoo)

ኬቶኮናዞል ሻምፖ መድሐኒት ያለዉ ሻምፖ (Medicated Shampoo) ሲሆን ፒቲይሮስፖረም (Pityrosporum) በሚባሉ የፈንገስ ዝርያዎች፤ በቆዳ ና በፀጉር ላይ የሚከሰቱ ችግሮችን (ፎረፎር፣ ቆረቆር ና ቋቁቻ) ለማከም ና ለመከላከል ያገለግላል፡፡

ሻምፖዉን ከመጠቀምዎ በፊት ማወቅ የሚገባዎት ነገሮች

ክልከላ፡ በሻምፖዉ ዉስጥ ለሚገኙ ማንኛዉም ንጥረ ነገሮች አላርጂክ ከሆኑ ሻምፖዉን ፈፅሞ አይተቀሙ፡፡ በሻምፖዉ ዉስጥ ሊኖሩ የሚችሉት ንጥረ ነገሮች የሚከተሉት ናቸዉ Ketoconazole, Sodium Lauryl Ether Sulfate, Disodium Monolauryl Ether Sulphosuccinate, Coconut Fatty Acid Diethanolamide, Laurdimonium Hydrolysed Animal Collagen, Macrogol 120 Methyl Glucose Dioleate, Sodium Chloride, Sodium Hydroxide, Imidurea, Hydrochloric Acid, Erythrosine (E127) Purified Water

ጥንቃቄ፡ ተጨማሪ መድሐኒቶች (ለፀጉር ወይም ለራስ ቅል ቆዳ የሚዉሉ ከሬሞች ሎሺኖች) የሚጠቀሙ ከሆነ ለሐኪምዎት ያሳዩ፡፡
ለጨቅላ ህፃናት አይመከርም፤
ነፍሰ ጡር እናትም ሆኑ አጥቢ እናቶች መጠቀም ይችላሉ፡፡

አጠቃቀም፡ ለአንድ ወር ያህል በሳምንት ሁለት ጊዜ (በ3/4 ቀን ልዩነት) በመጠቀም ይጀምሩ፤ በመቀጠል በሳምንት አንድ ጊዜ ይጠቀሙ
ሲታጠቡ የሻምፖዉ አረፋ ሳይለቀለቅ ከ10-15 ደቂቃ ይቆዩ
ፀጉርዎት ረዥም ወይም ጥቅጥቅ ያለ ከሆነ በቅድምያ በኖርማል ሻምፖ ይታጠቡ፤
ሻምፖዉ ዐይንዎት ዉስጥ ከገባ በቀዝቃዛ ዉሃ በደንብ ይታጠቡ

የጎንዮሽ ችግሮች (Side Effects)

ከባድ ችግሮች፡ የሚከተሉት ችግሮች ካጋጠምዎ ሻምፖዉን መተቀም አቋርጠዉ በፍጥነትሐኪምዎን ያማክሩ፡
አለርጂክ፤ የፊት፣ከንፈር፣ አፍ፣ ምላስ፣ ጉሮሮ እብጠት፤ የመዋጥና የትንፋሽ ችግር
የቆዳ መቆጣት፤ ቅላት፣ ዉሃ የቋጠረ ሽፍታዎች......

ሌሎች ችግሮች፡ የሚከተሉት ችግሮች አልፎ አልፎ ሊከሰቱ ይችላሉ ፤ ችግረቹ ካጋጠምዎ ሐኪምዎን ምክር ይጠይቁ

የቆዳ ወይም የፀጉር ስር ቅላት (እንፌክሺን)፣ የእንባሙብዛት፣ የፀጉር መሳሳት፣ የቆዳ መድረቅ፣ የማቃጠል ስሜት፣ የአይን መቅላት፣ የቆዳ መፈርፈር፣

አቀማመጥ

ሻምፖዉን የሙቀት መጠኑ ከ250ሴ በታች የሆነ ቦታ ያስቀምጡ፣ህጻናት ከማይደርሱበት ቦታ ያስቀምጡ፣ የመያዣ እቃዉን አይቀይሩ

ቆረቆርን ለመከላከል (ለማከም) የሚረዱ ተጨማሪ መንገዶች

- ተጨማሪ መድሐኒቶችን (ፀረ-ፈነገስ ቅባቶች ና ሴሌኒየም ሰልፋድ ያላቸዉ ሻምፖዎችን) መጠቀም የፈንገሱን ወደ ሌላ ሰዉ የመተላለፍ እድል ይቀንሳል፡፡
- የማሳከክ ስሜትን የምያስታግሱ (አንቲ ሂስተሚን) መድሐኒቶችን መጠቀም ፈንገሱ ወደሌሎች የሰዉነት ክፍሎች እንዳይሰራጭ ለመከላከል ይረዳሉ፡፡
- ቆረቆር ከታማሚ ጋር በሚኖር የቀጥታ ንክኪ ና እንደ ማበጠርያ፣ ፎጣ፣ ኮፍያ፣ የፀጉር ብሩሽ፣ ልብሶች፣ መኝታ እና ሌሎች የቤት ቁሳቁሶችን ከታማሚዉ ጋር በመጋራት ይተላለፋል፡፡ ስለዚህ፡
  - የግል መጠቀምያ ቁሳቁሶችን አለመጋራት
  - ጥቅም ላይ የዋሉ ቁሳቁሶችን በአዲስ መተካት
- በህመሙ ዙርያ ላቅ ያሉ ምርምሮችን የሰሩ አካላት የቆሮቆርን ስርጭት ለመግታት፤ ህመሙ ካለባቸዉ ህጻናት ጋር የቅርብ ንክኪ ያላቸዉ (በቤት፣ በትምህርት ቤት፣ በአጸደ ህጻናት፣ በመጫወቻ ቦታ...ወዘተ) ህጻናትን መመርመር ና ማከም ጠቃሚ መሆኑን ይመክራሉ፡፡