

**سندرم شوگرن (Sjogren's syndrome)** یک اختلال خودایمنی مزمن (طولانی) است که زمانی اتفاق می‌افتد که سیستم ایمنی به غدد ایجاد کننده رطوبت در چشم‌ها، دهان و سایر قسمت‌های بدن حمله می‌کند. علائم اصلی خشکی چشم و دهان است، اما سایر قسمت‌های بدن نیز ممکن است تحت تأثیر قرار گیرند و بسیاری از افراد خستگی و درد مفاصل و عضلات را گزارش می‌کنند. علاوه بر این، این بیماری می‌تواند به ریه‌ها، کلیه‌ها و سیستم عصبی آسیب برساند. سندرم شوگرن عمدتاً زنان را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

دو شکل از سندرم شوگرن وجود دارد:

سندرم شوگرن اولیه به خودی خود ایجاد می‌شود، نه به دلیل هیچ بیماری دیگر.

سندرم شوگرن ثانویه علاوه بر سایر بیماری‌های خودایمنی مانند آرتریت روماتوئید، لوپوس و آرتریت پسوریاتیک ایجاد می‌شود.

این مقاله که به طور کامل به علائم سندرم شوگرن، عوارض و درمان آن می‌پردازد، توسط همکاران ما در آزمایشگاه دقیق نیکو تهیه شده است.

**چرا سندرم شوگرن رخ می‌دهد؟**

سندرم شوگرن یک اختلال خود ایمنی است. سیستم ایمنی بدن به اشتباه به سلول‌ها و بافت‌های بدن حمله می‌کند.

دانشمندان مطمئن نیستند که چرا برخی افراد به سندرم شوگرن مبتلا می‌شوند. برخی از ژن‌ها افراد را در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به این اختلال قرار می‌دهند، اما به نظر می‌رسد که مکانیسم محرک - مانند عفونت با ویروس یا سوپه‌ای از باکتری خاص - نیز در بروز این بیماری نقش دارند.

در سندرم شوگرن، سیستم ایمنی بدن ابتدا غدد سازنده اشک و بزاق را هدف قرار می‌دهد. اما می‌تواند به سایر قسمت‌های بدن نیز آسیب برساند، مانند:

- مفاصل
- تیروئید
- کلیه‌ها
- کبد
- ریه‌ها
- پوست

• اعصاب

علائم سندرم شوگرن چیست؟

علائم سندرم شوگرن عبارتند از:

- خشکی چشم
- خشکی دهان
- حس چشایی غیر طبیعی
- سوزش یا قرمزی چشم، یا شن (مانند شن).
- تاری دید.
- مشکل در جویدن، بلعیدن یا صحبت کردن.
- سرفه خشک یا گرفتگی صدا.
- پوست خشک و خارش دار.
- بزرگ شدن غدد بزاقی.
- خستگی.
- پوسیدگی دندان یا از دست دادن زودرس دندان.
- خشکی واژن.
- درد عضلانی یا مفصلی
- بثورات (مخصوصاً بعد از قرار گرفتن در معرض نور خورشید)

چه عواملی باعث سندرم شوگرن می شوند؟

سندرم شوگرن یک بیماری خودایمنی است، به این معنی که چیزی سیستم ایمنی را تحریک می کند تا به سلول های سالم حمله کند. این حمله به سیستم اشک چشم و غدد بزاقی در دهان آسیب می رساند.

اینکه دقیقاً چه چیزی باعث این پاسخ غیرطبیعی سیستم ایمنی می شود، مشخص نیست. اما عوامل زیر ممکن است نقش داشته باشند:

- فاکتورهای محیطی
- ژنتیک
- هورمون های جنسی (این عارضه زنان را بیشتر از مردان تحت تاثیر قرار می دهد)

• عفونت های ویروسی

### سندرم شوگرن چگونه تشخیص داده می شود؟

اگر خشکی دهان، خشکی چشم یا سایر علائم سندرم شوگرن دارید، پزشک ممکن است از این روش ها برای تأیید تشخیص استفاده کند:

آزمایش خون: این آزمایش ها آنتی بادی های خاصی را در خون تشخیص می دهند. آن ها به دنبال آنتی بادی های ضد هسته ای (ANA)، آنتی بادی های ضد سندرم شوگرن (ضد SSA، که anti-Ro نیز نامیده می شود) و ضد سندرم شوگرن نوع B (ضد SSB، که anti-La نیز می گویند) می گردند. آزمایش خون همچنین می تواند فاکتور روماتوئید را تشخیص دهد، آنتی بادی که در بسیاری از افراد مبتلا به آرتریت روماتوئید یافت می شود.

بیوپسی: پزشک شما ممکن است بافت یا سلول های غده بزاقی یا داخل لب شما را بردارد. این نمونه بیوپسی برای بررسی علائم التهاب به آزمایشگاه فرستاده می شود.

معاینه چشم: یک متخصص چشم، می تواند تولید اشک را اندازه گیری کند. در طول معاینه چشم، پزشک قرنیه، قسمت شفاف چشم را از نظر خشکی معاینه می کند.

آزمایش های تصویربرداری: این آزمایش ها شامل سیالومتری است که میزان بزاق شما را با استفاده از اشعه ایکس اندازه گیری می کند که می تواند رنگ تزریق شده به غدد بزاقی را ببیند. همچنین سینتی گرافی بزاقی وجود دارد، راهی برای ردیابی مدت زمانی که طول می کشد تا یک ایزوتوپ رادیواکتیو از نقطه تزریق در ورید شما به غدد بزاقی شما حرکت کند.

سابقه سلامت: اگر از قبل یک بیماری خودایمنی، به علاوه خشکی چشم و دهان دارید، پزشک ممکن است به این نتیجه برسد که شما به سندرم شوگرن ثانویه مبتلا شده اید.

### چه عواملی خطر ابتلا به سندرم شوگرن را افزایش می دهند؟

سندرم شوگرن معمولاً در افرادی با یک یا چند عامل خطر شناخته شده زیر همراه است از جمله:

سن. سندرم شوگرن معمولاً در افراد بالای ۴۰ سال تشخیص داده می شود.

جنسیت. زنان بسیار بیشتر در معرض ابتلا به سندرم شوگرن هستند.

بیماری روماتیسمی. برای افرادی که به سندرم شوگرن مبتلا هستند، یک بیماری روماتیسمی مانند آرتریت روماتوئید یا لوپوس نیز معمول است.

## عوارض ابتلا به سندروم شوگرن چیست؟

شایع ترین عوارض سندرم شوگرن چشم و دهان را شامل می شود.

پوسیدگی دندان، از آنجایی که بزاق دهان به محافظت از دندان ها در برابر باکتری هایی که باعث ایجاد حفره می شوند کمک می کند، اگر دهان شما خشک باشد، بیشتر مستعد ایجاد پوسیدگی هستید.

عفونت های مخمری افراد مبتلا به سندرم شوگرن بسیار بیشتر در معرض ابتلا به برفک دهان، عفونت مخمری در دهان هستند.

مشکلات بینایی خشکی چشم می تواند منجر به حساسیت به نور، تاری دید و آسیب قرنیه شود.

عوارض کمتر شایع ممکن است بر اندامهای زیر اثر بگذارد:

ریه ها، کلیه ها یا کبد. التهاب می تواند باعث ذات الریه، برونشیت یا سایر مشکلات در ریه ها شود. منجر به مشکلات عملکرد کلیه شود. و باعث هیپاتیت یا سیروز در کبد شود.

گره های لنفاوی. درصد کمی از افراد مبتلا به سندرم شوگرن به سرطان غدد لنفاوی (لنفوم) مبتلا می شوند.

اعصاب ممکن است دچار بی حسی، گزگز و سوزش در دست ها و پاهای خود شوید (نوروپاتی محیطی).

## سندروم شوگرن چگونه درمان می شود؟

درمان سندرم شوگرن به قسمت هایی از بدن که تحت تاثیر قرار گرفته است بستگی دارد. بسیاری از افراد خشکی چشم و خشکی دهان ناشی از سندرم شوگرن را با استفاده از قطره های چشمی بدون نسخه و نوشیدن بیشتر آب کنترل می کنند. اما برخی از افراد به داروهای تجویزی یا حتی روش های جراحی نیاز دارند.

بسته به علائم شما، پزشک ممکن است داروهای زیر را پیشنهاد کند:

کاهش التهاب چشم. در صورت داشتن خشکی متوسط تا شدید چشم پزشک ممکن است قطره های چشمی تجویزی مانند سیکلوسپورین (Restasis) یا لیفیتگراست (Xiidra) را توصیه کند.

تولید بزاق را افزایش دهید. داروهایی مانند **پیلوکارپین (سالازن)** و **سرویمیلین (Evoxac)** می توانند تولید بزاق و گاهی اوقات اشک را افزایش دهند. عوارض جانبی می تواند شامل تعریق، درد شکم، گرگرفتگی و افزایش ادرار باشد.

در صورت بروز علائم آرتریت، ممکن است از داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی (NSAIDs) یا سایر داروهای آرتریت بهره مند شوید. عفونت های مخمری در دهان باید با داروهای ضد قارچ درمان شود.

هیدروکسی کلروکین (Plaquenil)، دارویی که برای درمان مالاریا طراحی شده است، اغلب در درمان سندرم شوگرن مفید است. داروهایی که سیستم ایمنی را سرکوب می کنند، مانند متوترکسات (Trexall) نیز ممکن است تجویز شوند.

اگر واژن شما همیشه خشک، خارش دار و دردناک است، باید با پزشک خود مشورت کنید تا مطمئن شوید که مشکل چیزی بیش از تغییرات هورمونی نیست. ممکن است نوعی عفونت یا مشکل پوستی داشته باشید. این شرایط به درمان های خاصی نیاز دارد. با این حال، به طور کلی، زنان مبتلا به سندرم شوگرن دو تا سه برابر بیشتر از زنان در سنین مشابه در حوالی و بعد از یائسگی دچار مشکلات خشکی واژن و آتروفی می شوند. نکاتی برای کمک به خشکی روزانه واژن عبارتند از:

سعی کنید از مرطوب کننده ها یا روان کننده های واژن استفاده کنید تا رطوبت واژن را به طور روزانه افزایش داده و مقاربت جنسی را کاهش دهید.

استفاده از صابون های بدون عطر برای پاکسازی عطرها و سایر افزودنی ها می توانند باعث تحریک شوند.

از پزشک خود در مورد استروژن درمانی سوال کنید.

عمل جراحی یک روش دیگر برای درمان خشکی چشم است که طی آن پلاگین های کلاژن یا سیلیکون در مجاری اشک وارد می شوند تا به حفظ اشک کمک کنند.

منابع:

[/https://www.niams.nih.gov](https://www.niams.nih.gov)

[/https://www.nhs.uk](https://www.nhs.uk)

<https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/sjogrens-syndrome/diagnosis-treatment/drc-20353221>

<https://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%BE%DB%AC%D9%84%D9%88%DA%A9%D8%A7%08%01%09%00%00%80%09%86>

