

لیکن پلان یک بیماری شایع است که باعث التهاب (تورم و تحریک) روی پوست یا داخل دهان می شود. روی پوست، لیکن پلان باعث ایجاد بثوراتی می شود که معمولاً خارش دارد. در داخل دهان، ممکن است باعث سوزش یا درد شود.

لیکن پلان می تواند روی قسمت‌های زیر در بدن تأثیر بگذارد:

- پوست.
- مخاط دهان
- پوست سر
- ناخن.
- اندام تناسلی (آلت تناسلی، واژن و فرج).

لیکن پلان یک درماتوز لیکنوئیدی است. پزشکان از اصطلاحی استفاده می کنند که برای توصیف اختلالات پوستی با توجه به وجود برجستگی های سفت، برجسته و تغییر رنگ روی پوست استفاده می کنند.

### آیا لیکن پلان یک بیماری خودایمنی است؟

لیکن پلان یک بیماری خودایمنی نیست، اما می تواند پاسخ مشابهی ایجاد کند. این یک وضعیت ایدیوپاتیک (به این معنی که علت ناشناخته است) است که باعث التهاب در پوست می شود. در لیکن پلان، سیستم ایمنی بدن شما به جای محافظت از بدن در برابر مهاجمان خارجی مانند باکتری ها یا ویروس ها، به قسمت هایی از بدن شما حمله می کند.

در یک سیستم ایمنی سالم، سلول‌های خاصی در آن به نام سلول‌های T به محافظت از بدن در برابر عفونت کمک می کنند. در افراد مبتلا به لیکن پلان، سلول‌های T سیستم ایمنی آنها به پروتئینی در پوست و غشای مخاطی آنها حمله می کند.

هیچ کس نمی داند چرا سلول‌های T به پروتئین حمله می کنند

### علائم بیماری لیکن پلان چیست؟

علائم لیکن پلان به قسمت یا قسمت هایی از بدن شما بستگی دارد که تحت تاثیر قرار گرفته است. علائم رایج عبارتند از:

پوست: شایع ترین علائم، برآمدگی های قرمز براق یا بنفش است. این برجستگی ها سفت هستند و ممکن است کمی یا زیاد خارش داشته باشند. شما ممکن است فقط تعداد کمی یا بسیاری از آنها را داشته باشید. خطوط یا پوسته های سفید ظریف ممکن است برآمدگی ها را همراهی کنند. آنها می توانند در هر جایی رخ دهند، اما بیشتر در مچ دست، بازو، پشت و مچ پا دیده می شوند. ممکن است لکه های پوسته پوسته ضخیم روی ساق پا و مچ پا ظاهر شود. گاهی اوقات، برجستگی هایی روی پوست شما ممکن است در ناحیه ای ظاهر شود که پوست شما خراشیده یا سوخته است. لکه های تیره پوست ممکن است جایگزین برجستگی های پوستی شوند که محو می شوند. این لکه ها معمولاً پس از چندین ماه محو می شوند.

دهان: لیکن پلان در داخل دهان شما مانند لکه های توری از نقاط ریز سفید به نظر می رسد. این لکه ها ممکن است در داخل گونه ها یا روی زبان شما ایجاد شوند. آنها ممکن است علائم دیگری ایجاد نکنند. در موارد شدید، قرمزی و زخم ایجاد می شود.

ناخن ها: لیکن پلان ممکن است روی تعدادی یا تمام ناخن های دست و پا ظاهر شود. نازک شدن، برآمدگی، شکافتن و ریزش ناخن از علائم این بیماری هستند.

پوست سر: قرمزی، تحریک و برجستگی های ریز می تواند روی پوست سر شما ایجاد شود. در برخی موارد، موها ممکن است شروع به نازک شدن کنند و تکه هایی از ریزش مو رخ دهد.

اندام تناسلی: لیکن پلان در اندام تناسلی شما می تواند باعث ایجاد نواحی قرمز روشن و دردناک شود.

### تفاوت بین لیکن پلان و لیکن اسکروزوس چیست؟

لیکن پلان و لیکن اسکروزوس هر دو شرایط ایدیوپاتیکی هستند که پوست، به ویژه غشاهای مخاطی را تحت تاثیر قرار می دهند.

لیکن اسکروزوس یک بیماری پوستی طولانی مدت است که باعث می شود پوست به تدریج نازک شود، خارش پیدا کند، زخم ایجاد شود و در نهایت جای زخم ایجاد شود. این می تواند در هر نقطه از پوست رخ دهد، اما عمدتاً پوست اطراف دستگاه تناسلی و مقعد (ناحیه آنونیتال) را تحت تاثیر قرار می دهد. در افرادی که یائسگی را پشت سر گذاشته اند، بیشتر رخ می دهد.

تفاوت بین لیکن پلان و لیکن اسکروزوس در این است که لیکن اسکروزوس به ندرت بر غشاهای مخاطی دهان شما تأثیر می گذارد.

### تفاوت بین لیکن پلان و پسوریازیس چیست؟

لیکن پلان و پسوریازیس هر دو بیماری پوستی هستند که می توانند باعث ایجاد بثورات رنگی شوند. تفاوت اصلی بین لیکن پلان و پسوریازیس این است که پسوریازیس پوسته پوسته است و معمولاً داخل دهان شما را تحت تأثیر قرار نمی دهد.

### لیکن پلان چه کسانی را تحت تأثیر قرار می دهد؟

هر کسی ممکن است به لیکن پلان مبتلا شود. با این حال، اگر بین ۳۰ تا ۶۰ سال سن داشته باشید و در زنان، احتمال ابتلا به آن بیشتر است.

برخی از مطالعات نشان می دهد که میزان ابتلای زنان به این بیماری دو برابر بیشتر از مردان است، و احتمال ابتلای آنها در دهه ۶۰ زندگی بیشتر است. مردان بیشتر در دهه ۴۰ زندگی خود به آن مبتلا می شوند.

اگر لیکن پلان روی پوست خود دارید، ۵۰ تا ۷۵ درصد بیشتر احتمال دارد که آن را در دهان خود داشته باشید.

لیکن پلان تقریباً ۰.۲۲٪ تا ۱٪ از جمعیت بزرگسال را تحت تأثیر قرار می دهد. لیکن پلان دهان ۱ تا ۴ درصد از جمعیت جهان را تحت تأثیر قرار می دهد.

### علت شعله ور شدن لیکن پلان چیست؟

موارد زیر ممکن است باعث شعله ور شدن لیکن پلان شوند:

- هپاتیت C.
- واکسن ها.
- داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی (NSAIDs).
- داروهای خاصی که برای درمان آرتريت، بیماری قلبی یا فشار خون بالا استفاده می شود.
- مواد شیمیایی خاص، فلزات یا رنگدانه ها.

### آیا لیکن پلان مسری است؟

لیکن پلان مسری نیست. شما نمی توانید لیکن پلان را از طریق رابطه جنسی محافظت نشده یا تماس پوست به پوست به فرد دیگری منتقل کنید.

### لیکن پلان چگونه تشخیص داده می شود؟

پزشک معمولاً پس از ارزیابی علائم و انجام معاینه فیزیکی می تواند لیکن پلان را تشخیص دهد. آنها ممکن است به دنبال ویژگی هایی باشند که به عنوان "شش PS" شناخته می شوند که به تشخیص لیکن پلان کمک می کند: خارش دار (Pruritic).

چند ضلعی (Polygonal).

مسطح (Planar).

پاپول های بنفش (Purple papules).

پلاک ها (Plaques).

اگر شکی وجود داشته باشد، پزشک ممکن است آزمایش های زیر را انجام دهد:

تست آلرژی: آزمایش آلرژی می تواند تعیین کند که آیا آلرژی دارید که باعث شعله ور شدن لیکن پلان شما شده است یا خیر.

بیوپسی: پزشک از یک تیغه نازک (اسکالپل) یا یک ابزار پانچ برای جمع آوری نمونه کوچکی از پوست از بثورات شما استفاده می کند. نمونه پوست شما برای آزمایش به آزمایشگاه می رود و آسیب شناسان آن را زیر میکروسکوپ بررسی می کنند.

آزمایش هیپاتیت C گاهی اوقات لیکن پلان با ویروس هیپاتیت C همراه است.

### درمان لیکن پلان چگونه انجام می شود؟

درمانی برای لیکن پلان وجود ندارد. اگر لیکن پلان روی پوست خود دارید، در بیشتر موارد، بدون درمان در عرض چند ماه تا چند سال از بین می رود.

درمان های زیر ممکن است به کاهش علائم شما کمک کند:

کرم ها یا پمادهای کورتیکواستروئیدی. پزشک ممکن است کرم ها یا پمادهای کورتیکواستروئیدی را برای کاهش التهاب تجویز کند.

آنتی هیستامین ها: آنتی هیستامین ها دسته ای از داروها هستند که معمولاً برای درمان علائم آلرژی از جمله خارش پوست استفاده می شوند.

فتوتراپی: در فتوتراپی از نور ماوراء بنفش، معمولاً ماوراء بنفش (UVB) از لامپ های مخصوص استفاده می شود. امواج نور فرابنفش موجود در نور خورشید می تواند به برخی از اختلالات پوستی از جمله لیکن پلان کمک کند.

داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی: داروهایی که سیستم ایمنی شما را کاهش می دهند مانند کورتیکواستروئیدهای خوراکی، مایکوفنولات موفتیل، آزاتیوپرین یا سیکلوسپورین می توانند مفید باشند.

رتینوئیدها (مشتقات ویتامین A): رتینوئیدها قرص یا پمادی هستند که به بدن کمک می کنند کلاژن و رگ های خونی بیشتری تولید کند که می تواند به بثورات شما کمک کند. رتینوئیدها ممکن است باعث نقایص مادرزادی شوند، بنابراین اگر باردار هستید یا قصد بارداری دارید، بهتر است با پزشک خود مشورت کنید.

اگر لیکن پلان در دهان خود دارید، در بیشتر موارد، ظرف پنج سال از بین می رود. اگر سوزش یا زخم را تجربه کردید، می توانید علائم خود را با موارد زیر کاهش دهید:

رعایت بهداشت دهان و دندان. به طور مرتب دندان های خود را مسواک بزنید و نخ دندان بکشید و حداقل دو بار در سال دندان های خود را به طور حرفه ای توسط دندانپزشک خود تمیز کنید.

صدمات (تروما) را به حداقل برسانید. صدمات وارده به دهان می تواند شدت زخم های شما و همچنین دفعات بروز شعله ور شدن را افزایش دهد. به آرامی دندان های خود را مسواک بزنید، موم دندانی را در اطراف بریس ها یا سیم های ارتودنسی قرار دهید و هر گونه سوراخی را که به داخل دهان شما ضربه می زند یا ساییده می شود بردارید.

جایگزینی پرکردن دندان اگرچه نادر است، برخی از افراد به مخلوط فلزات مختلف (آمالگام) مورد استفاده در پر کردن دندان حساسیت دارند. این واکنش های آلرژیک ممکن است شبیه به لیکن پلان به نظر برسند. جایگزینی پرکننده های آمالگام با مواد ضد حساسیت که باعث واکنش آلرژیک نمی شود، ممکن است باعث بهبود تحریک یا زخم های شما شود.

منابع:

[/https://www.hopkinsmedicine.org](https://www.hopkinsmedicine.org)

[/https://dermnetnz.org](https://dermnetnz.org)

