

## آلرژن ها (مواد حساسیت زا) در فرآورده های آرایشی و بهداشتی

محصولات آرایشی و بهداشتی (مانند صابون‌ها، لوسیون‌ها، عطرها و غیره) می‌توانند در برخی افراد واکنش‌های آلرژیک ایجاد کنند. بسیاری از افراد از آلرژی رنج می‌برند و هر کسی در هر سنی ممکن است دچار آلرژی شود. واکنش‌های آلرژیک، واکنش بیش از حد دستگاه ایمنی بدن به موادی هستند که ممکن است در حالت عادی بی‌خطر باشند. یک آلرژن (ماده حساسیت زا) می‌تواند سیستم ایمنی را تحریک کند تا مواد شیمیایی مانند آنتی‌بادی آزاد کند که منجر به بروز علائم آلرژی می‌شود. بسیاری از افراد با آلرژی‌های فصلی ناشی از گرده گیاهان در حال شکوفه‌دادن یا آلرژی‌های غذایی آشنا هستند.

آلرژن‌های رایج در فرآورده های آرایشی و بهداشتی در پنج گروه اصلی لاستیک طبیعی، رایحه‌ها، نگهدارنده‌ها، رنگ‌ها و فلزات قرار می‌گیرند. بدن افراد مستعد می‌تواند به هر یک از اجزا بکار رفته در ساخت یا فرمول فرآورده از خود واکنش حساسیتی نشان دهد. واکنش‌های آلرژیک به محصولات آرایشی و بهداشتی معمولاً به صورت بثورات قرمز و خارش‌دار روی پوست یا درماتیت تماسی ظاهر می‌شوند.

### مصرف‌کنندگان چه کاری می‌توانند انجام دهند؟

در ارتباط با احتمال وجود آلرژن‌ها در محصولات آرایشی و بهداشتی، بهترین راه پیشگیری از واکنش آلرژیک این است که بدانید به چه چیزی حساسیت دارید و چگونه از آن اجتناب کنید. صرفاً بررسی عباراتی مانند هیپوآلرژیک، بدون عطر یا مناسب پوست حساس روی برچسب محصولات کافی نیست. قانون بسته‌بندی و برچسب‌گذاری سازمان غذا و داروی ایران الزام می‌کند که روی برچسب محصولات آرایشی و بهداشتی، فهرست مواد تشکیل‌دهنده درج شود. به دقت فهرست مواد تشکیل‌دهنده‌ی محصول را مطالعه کنید و اگر محصول حاوی موادی است که می‌دانید یا فکر می‌کنید به آنها حساسیت دارید از مصرف آن خودداری کنید.

اگر فهرست مواد تشکیل‌دهنده‌ی محصول را بررسی کرده‌اید و هنوز درباره‌ی مواد موجود در آن سؤال دارید، می‌توانید با تولیدکننده‌ای که نامش روی برچسب محصول ذکر شده است تماس بگیرید. علاوه بر این، مصرف‌کنندگان باید همیشه برچسب محصولات را بررسی کنند و دستورالعمل‌های تولیدکننده را قبل از استفاده، طبق آنچه توصیه شده، دنبال کنند. خواندن برچسب محصول اهمیت ویژه‌ای دارد، زیرا برخی محصولات شامل موادی هستند که ممکن است باعث تحریک شوند چه شما آلرژی داشته باشید و چه نداشته باشید. برای مثال، تولیدکنندگان برخی از رنگ‌های مو از مصرف‌کنندگان می‌خواهند قبل از اینکه محصول را به‌طور گسترده استفاده کنند، ابتدا مقدار کمی از محصول را امتحان کنند تا ببینند آیا نسبت به مواد موجود در آن حساسیت دارند یا خیر.

### علائم واکنش‌های آلرژیک



شدت واکنش‌های آلرژیک می‌تواند متفاوت باشد، اما ممکن است شامل مواردی مانند کهیر، خارش پوست، بثورات پوستی، پوسته‌پوسته شدن یا کنده شدن پوست، تورم صورت، تحریک چشم‌ها، بینی و دهان، خس‌خس سینه و آنافیلاکسی باشد. آنافیلاکسی یک واکنش آلرژیک شدید است که می‌تواند تهدیدکننده حیات باشد. علائم آنافیلاکسی شامل بی‌هوشی، تنگی نفس،

مشکل در بلع، سبکی سر، درد قفسه سینه، نبض سریع و ضعیف، تهوع و استفراغ است. اگر علائم آنافیلاکسی رخ داد، فوراً به پزشک مراجعه کنید.

علاوه بر درمانیت تماسی آلرژیک، مواد معطر ممکن است دستگاه تنفسی را نیز تحت تأثیر قرار دهند، زیرا به صورت بخار هستند و قابلیت استنشاق دارند. این موضوع به ویژه در بیماران مبتلا به آسم، رینیت آلرژیک و عفونت‌های ویروسی تنفسی بیشتر صدق می‌کند. برای افرادی که نسبت به برخی عطرها حساسیت دارند، استنشاق این مواد ممکن است منجر به تنگی نفس، احساس خفگی، سرفه، خلط، آبریزش یا گرفتگی بینی، سردرد، فشار یا تنگی قفسه سینه و خس خس شود.

اگر علائمی را تجربه می‌کنید که گمان می‌کنید ناشی از واکنش آلرژیک است، با پزشک یا داروساز مشورت کنید، زیرا حساسیت به آلرژن‌ها ممکن است با گذشت زمان شدیدتر شود. حتماً با پزشک یا داروساز خود درباره محصول یا ماده خاصی که فکر می‌کنید باعث واکنش آلرژیک شده است صحبت کنید. پزشک یا داروساز ممکن است انواع مختلفی از آزمایش‌ها را برای درک بهتر اینکه به چه چیزی آلرژی دارید توصیه کند.

### آزمایش برای آلرژن‌ها

خبر خوب این است که لازم نیست تا زمانی که یک واکنش آلرژیک رخ دهد صبر کنید تا بفهمید به چه چیزی حساسیت دارید. می‌توانید آزمایش بدهید. دانستن اینکه دقیقاً کدام آلرژن باعث واکنش شده است به شما کمک می‌کند از قرار گرفتن دوباره در معرض آن ماده جلوگیری کنید. پزشک یا داروساز شما ممکن است توصیه کند که آزمون پچ (Patch Test) یا برخی آزمایش‌های دیگر که کمتر مورد استفاده قرار می‌گیرند را انجام دهید.

### آزمون پچ (Patch Test)

این آزمایش معمولاً برای تشخیص درمانیت، یا همان تحریک و التهاب پوست، استفاده می‌شود. در این آزمایش مقدار کمی از آلرژن روی پوست قرار داده شده و به مدت ۴۸ ساعت پوشانده می‌شود. پزشک پس از ۷۲ تا ۹۶ ساعت پوست را معاینه می‌کند و به دنبال نشانه‌های واکنش آلرژیک می‌گردد؛ از جمله قرمزی، بثورات پوستی یا کهیر. بر اساس علائم موجود، پزشک می‌تواند تشخیص دهد که آیا فرد واکنش آلرژیک داشته است یا خیر. آزمون پچ معمولاً نیاز به دو تا سه جلسه ویزیت دارد. اگر بیمار پوستی بسیار حساس داشته باشد، این نوع آزمایش ممکن است به اندازه کافی برای شناسایی آلرژن‌های خاص دقیق نباشد و ممکن است از روش‌های دیگر استفاده شود.



### معاونت غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

آدرس: تهران، خیابان ولی عصر، روبروی پارک ساعی، کوچه آبشار، پلاک 47

تلفن: 88662332

تلفن گویا: 84248

تلفکس: 5-88662334

WWW.SBMU.AC.IR