



درمانهای خانگی کهیر

تنظیم کننده و مترجم

دکتر رضا پوردست گردان

مطالب موجود در این دانشنامه

مقدمه

فصل اول خنک کردن پوست و کهیر

فصل دوم جودوسر و کهیر

فصل سوم آناناس و کهیر

فصل چهارم جوش شیرین و کهیر

فصل پنجم سرکه و کهیر

فصل ششم گزنه و کهیر

فصل هفتم استرس و کهیر

فصل هشتم چای کیسه ای و کهیر

فصل نهم حنا و کهیر

مقدمه کهیر چیست

کهیر تورم نقطه ای از پوست است. معمولاً کهیر خارش دارد. ممکن است به شکل ها و اندازه های مختلفی ظاهر شود، اما معمولاً بخوبی حاشیه های آن مشخص است. وسط کهیر معمولاً رنگ پریده تر از اطراف آن است. کهیر به صورت منطقه ای برجسته با حاشیه های قرمز مشخص می شود

کهیر شایع است اما مسری نیست. کهیر معمولاً بین چند ساعت تا چند روز ادامه می یابد؛ اما ممکن است حتی ماهها طول بکشد

کهیرها ممکن است از یک نقطه پوست ناپدید شده و در جایی دیگر ظاهر شود
تصویری از علل رایج کهیر

گزش و نیش حشرات: اگر بچه شما برای مثال به نیش زنبور یا مورچه قرمز حساس باشد، ممکن است در واکنش به نیش یا گزیده شدن کهیر بزند

غذا: بچه ممکن است در واکنش به بعضی مواد غذایی کهیر بزند. رایجترین غذاهایی که موجب کهیر می شوند شامل شیر، تخم مرغ، بادام زمینی، مغزهای درختی (مثل بادام، گردو)، سویا، گندم، ماهی و صدف است.

افزودنی های غذایی خاص یا مواد نگهدارنده نیز می توانند موجب کهیر شوند. بچه ممکن است در واکنش به پروتئین های غذایی کهیر بزند و یا بدنش نسبت به بعضی مواد شیمیایی موجود در غذایی که خورده است کهیر بزند، زیرا واکنش آلرژیک و حساسیت موجب آزاد شدن هیستامین می شود.

بعضی از بچه ها حتی در تماس با بعضی مواد غذایی کهیر می زنند، برای مثال وقتی آب توت فرنگی روی پوست آنها ریخته می شود

آلرژن ها: بچه هایی که نسبت به گربه حساسیت دارند ممکن است در تماس با گربه کهیر بزنند. بچه حتی ممکن است در واکنش به آلرژن های موجود در هوا مثل گرده گل کهیر بزند

بیماری: بچه ممکن است در اثر بعضی از بیماری ها مثل سرماخوردگی یا عفونت ویروسی کهیر بزند. کهیر در عفونت های باکتریال کمتر رخ می دهد

دما: گاهی اوقات دمای پایین و سرما موجب کهیر می شود. همین مسئله در مورد تغییر دما صادق است، وقتی بچه پس از سرما سریع گرم شود، کهیر می زند

داروها: آنتی بیوتیک ها و بعضی از داروها موجب می شوند که بچه کهیر بزند

فصل اول خنک کردن پوست و کهیر



پوستتان را خنک کنید

با توجه به اینکه تحریک پوستی مهمترین نشانه‌ی کهیر است، می‌توانید با درمان پوستی علائم کهیر را کاهش دهید.

یک حوله‌ی نخی تمیز بردارید و در آب سرد بخیسانید.

سپس آب اضافی را با فشار دادن حوله از آن خارج کنید و به مدت ده دقیقه آن را روی پوستتان قرار بدهید.

پس از این زمان دوباره همین مراحل را تکرار کنید تا مجدداً حوله با آب خنک شود. با این کار پوستتان خنک می‌شود و علائم کهیر کاهش می‌یابد.

از آب بسیار سرد برای خیس کردن حوله استفاده نکنید، زیرا این کار ممکن است باعث تشدید علائم کهیر شود

2



پوست‌تان را خنک کنید
با توجه به اینکه تحریک پوستی مهم‌ترین
نشانه‌ی کهیر است، می‌توانید با درمان
پوستی علائم کهیر را کاهش دهید. یک
حوله‌ی نخی تمیز بردارید و در آب سرد
بخیسانید. سپس آب اضافی را با فشار دادن
حوله از آن خارج کنید و به مدت ده دقیقه آن
را روی پوست‌تان قرار بدهید

References

"26 August 2019: release 3.1.2 available". Retrieved 28 August 2019.

Venner, Jason (2009). Pro Hadoop. Apress. ISBN 978-1-4302-1942-2.

Programming Hive [Book].

Use Case Study of Hive/Hadoop

OSCON Data 2011, Adrian Cockcroft, "Data Flow at Netflix" on YouTube

Amazon Elastic MapReduce Developer Guide

HiveQL Language Manual

فصل دوم جو دوسر و کهیر



جو دوسر یک درمان عالی برای کهیر می باشد .

شما باید 2 فنجان جو دوسر را داخل یک جوراب بلند بریزید.

سپس به حمام بروید و آب گرم را باز کنید و جو دوسر را زیر آب گرم بگیرید .

بعد از چند دقیقه جورابی را بردارید و در قسمتی که کهیر ظاهر شده است بمالید تا

خارش ایجاد شده به وسیله کهیر بطور کامل از بین برود

3



از جمله خواص جو دوسر این است که یکی از بهترین درمان‌های کهیر است. یک فنجان جو دوسر را آسیاب کنید. وان حمام را با آب پر کنید و جو را در آن بریزید. در آب بروید و مدتی در آن بمانید. آب مورد استفاده‌تان نباید داغ یا خیلی سرد باشد، زیرا می‌تواند باعث تشدید کهیر شود برای افزایش تأثیر این روش، به آب ۴ فنجان شیر هم اضافه کنید.

REFERENCES

Lam, Chuck (2010). Hadoop in Action. Manning Publications. ISBN 978-1-935182-19-1.

Optimising Hadoop and Big Data with Text and Hive
Optimising Hadoop and Big Data with Text and Hive
"ORC Language Manual". Hive project wiki. Retrieved April 24, 2017.

"Facebook's Petabyte Scale Data Warehouse using Hive and Hadoop" (PDF). Archived from the original (PDF) on 2011-07-28. Retrieved 2011-09-09.

"Parquet". 18 Dec 2014. Archived from the original on 2 February 2015. Retrieved 2 February 2015.

Massie, Matt (21 August 2013). "A Powerful Big Data Trio: Spark, Parquet and Avro". zenfractal.com. Archived from the original on 2 February 2015. Retrieved 2 February 2015.

فصل سوم آناناس و کهیر



آنزم «بروملین» موجود در آناناس به کاهش علائم کهیر کمک شایانی می‌کند.

تعدادی آناناس تازه یا کنسروی را خرد کرده و داخل پارچه‌ی نخی نازکی قرار دهید.

پارچه را جمع کنید و روی محل حساسیت قرار دهید.

زمانی که به پارچه و آناناس نیازی نداشتید، آن را برای مصرف مجدد در داخل یخچال نگهداری کنید.

پس از ۲۴ ساعت آناناس‌ها را عوض کنید. همچنین می‌توانید آناناس را بدون پارچه و به طور مستقیم روی پوست‌تان قرار دهید

4



آنزم «بروملین» موجود در آناناس به کاهش علائم
کهیر کمک شایانی می‌کند. تعدادی آناناس تازه یا
کنسروی را خرد کرده و داخل پارچه‌ی نخی نازکی
قرار دهید. پارچه را جمع کنید و روی محل
حساسیت قرار دهید. زمانی که به پارچه و آناناس
نیازی نداشتید، آن را برای مصرف مجدد در داخل
یخچال نگهداری کنید.

REFERENCES

"Hive A Warehousing Solution Over a MapReduce Framework" (PDF). Archived from the original (PDF) on 2013-10-08. Retrieved 2011-09-03.

"Introduction to Hive transactions". datametica.com. Archived from the original on 2016-09-03. Retrieved 2016-09-12.

"Hive Transactions - Apache Hive - Apache Software Foundation". cwiki.apache.org. Retrieved 2016-09-12.

"Configuration Properties - Apache Hive - Apache Software Foundation". cwiki.apache.org. Retrieved 2016-09-12.

فصل چهارم جوش شیرین و کھیر



تهیه یک خمیر از ترکیب جوش شیرین و آب می تواند به آرام شدن کھیر و همچنین

جلوگیری از ظهور کھیر جدید کمک کند.

یک قاشق چایخوری جوش شیرین را با مقداری آب سرد مخلوط کنید تا خمیری ایجاد

شود و سپس آن را روی ناحیه آسیب دیده بمالید.

بگذارید قبل از شستشو کاملاً خشک شود.

در صورت نیاز می توانید چند بار در روز این کار را انجام دهید.

امداد کمک های اولیه معمولاً از این روش آسان برای درمان کھیر استفاده می کند

5



یکی از فواید جوش شیرین تسکین کهیر است. یک قاشق غذاخوری جوش شیرین برداشته و کم‌کم به آن آب اضافه کنید تا ترکیبی غلیظ حاصل شود. سپس آن را روی محل حساسیت بمالید. در نهایت پوست‌تان را با آب سرد بشویید

REFERENCES

Dokeroglu, Tansel; Ozal, Serkan; Bayir, Murat Ali; Cinar, Muhammet Serkan; Cosar, Ahmet (2014-07-29). "Improving the performance of Hadoop Hive by sharing scan and computation tasks". Journal of Cloud Computing. 3 (1): 1–11. doi:10.1186/s13677-014-0012-6.

"HiveServer - Apache Hive - Apache Software Foundation". cwiki.apache.org. Retrieved 2016-09-12.

White, Tom (2010). Hadoop: The Definitive Guide. O'Reilly Media. ISBN 978-1-4493-8973-4.

فصل پنجم سرکه و کهیر



هر نوع سرکه‌ای را که می‌خواهید، انتخاب کنید.

یک قاشق چای‌خوری سرکه را در یک قاشق غذاخوری آب حل کنید.

با پارچه‌ی نخی یا دستمال ترکیب را روی کهیر خود بمالید.

با این کار احساس ناراحتی کهیر تا حد زیادی کاهش می‌یابد.

6



هر نوع سرکه‌ای را که می‌خواهید، انتخاب کنید
یک قاشق چای‌خوری سرکه را در یک قاشق
غذاخوری آب حل کنید. با پارچه‌ی نخی یا
دستمال ترکیب را روی کهیر خود بمالید. با این
کار احساس ناراحتی کهیر تا حد زیادی کاهش
می‌یابد.

REFERENCES

Hive Language Manual

ACID and Transactions in Hive

"Hive A Warehousing Solution Over a MapReduce Framework" (PDF). Archived from the original (PDF) on 2013-10-08. Retrieved 2011-09-03.

"Introduction to Hive transactions". datametica.com. Archived from the original on 2016-09-03. Retrieved 2016-09-12.

"Hive Transactions - Apache Hive - Apache Software Foundation". cwiki.apache.org. Retrieved 2016-09-12.

فصل ششم گزنه و کهیر



گزنه به واسطه‌ی خواص آنتی‌هیستامینی خود از دیرباز برای درمان کهیر استفاده می‌شود.

یک قاشق چای‌خوری گزنه‌ی خشک را با یک فنجان آب داغ مخلوط کنید.

آن را کنار بگذارید تا کمی خنک شود، سپس یک حوله یا پارچه‌ی نخی بردارید و با این محلول خیس کنید.

سپس حوله را فشار دهید تا مقدار اضافی مایعات خارج شود.

حوله را روی محل حساسیت قرار دهید. می‌توانید این کار را هر چند باری که نیاز بود، تکرار کنید

7



گزنه به واسطه‌ی خواص آنتی‌هیستامینی خود از دیرباز برای درمان کهیر استفاده می‌شود. یک قاشق چای‌خوری گزنه‌ی خشک را با یک فنجان آب داغ مخلوط کنید. آن را کنار بگذارید تا کمی خنک شود، سپس یک حوله یا پارچه‌ی نخی بردارید و با این محلول خیس کنید. حوله را روی محل حساسیت قرار دهید. می‌توانید این کار را هر چند باری که نیاز بود، تکرار کنید.

References

"Environmental Allergies: Symptoms". NIAID. 22 April 2015. Archived from the original on 18 June 2015.

Retrieved 19 June 2015.

"Types of Allergic Diseases". NIAID. 29 May 2015. Archived from the original on 17 June 2015. Retrieved 17 June 2015.

Kay AB (2000). "Overview of 'allergy and allergic diseases: with a view to the future". British Medical Bulletin. 56 (4): 843–64. doi:10.1258/0007142001903481. PMID 11359624.

National Institute of Allergy and Infectious Diseases (July 2012). "Food Allergy An Overview" (PDF). Archived from the original (PDF) on 5 March 2016.

Bahna SL (December 2002). "Cow's milk allergy versus cow milk intolerance". Annals of Allergy, Asthma & Immunology. 89 (6 Suppl 1): 56–60. doi:10.1016/S1081-1206(10)62124-2. PMID 12487206.

فصل هفتم استرس و کھیر



با اینکه ارتباط دقیق آرامش و کھیر مشخص نیست، ولی به نظر می‌رسد استرس احتمال بروز کھیر را در فرد افزایش می‌دهد.

با آرامش و استراحت، از استرس خود بکاهید. بخشی از زمان‌تان را در روز به استراحت و ایجاد آرامش اختصاص دهید.

پیاده‌روی، کتاب‌خوانی، باغبانی و مدیتیشن از فعالیت‌هایی هستند که از شدت استرس می‌کاهند

8



با اینکه ارتباط دقیق آرامش و کهیر مشخص نیست، ولی به نظر می‌رسد استرس احتمال بروز کهیر را در فرد افزایش می‌دهد. با آرامش و استراحت، از استرس خود بکاهید. بخشی از زمان‌تان را در روز به استراحت و ایجاد آرامش اختصاص دهید. پیاده‌روی، کتاب‌خوانی، باغبانی و مدیتیشن از فعالیت‌هایی هستند که به درمان استرس کمک می‌کنند.

Reference

Martín A, Gallino N, Gagliardi J, Ortiz S, Lascano AR, Diller A, Daraio MC, Kahn A, Mariani AL, Serra HM (August 2002). "Early inflammatory markers in elicitation of allergic contact dermatitis". BMC Dermatology. 2: 9.

doi:10.1186/1471-5945-2-9. PMC 122084. PMID 12167174.

Portnoy JM; et al. (2006). "Evidence-based Allergy Diagnostic Tests". Current Allergy and Asthma Reports. 6 (6): 455–61. doi:10.1007/s11882-006-0021-8. PMID 17026871. S2CID 33406344.

NICE Diagnosis and assessment of food allergy in children and young people in primary care and community settings, 2011

فصل هشتم چای کیسه ای و کهیر



چنانچه شما با پوست خود مشکلاتی از قبیل التهاب، قرمزی، گزیدگی، کبودی است با

بسته‌های چای کیسه‌ای کمتر قابل مشاهده است

برای این کار یک کیسه چای را برای چند ثانیه زیر آب سرد بگیری د و ۱۵ دقیقه

روی ناحیه دچار مشکل نگه دارید.

چای حاوی تانین است که به کاهش التهاب و حساسیت کمک می‌کند هم چنین قرمزی

وتورم را نیز از بین می‌برد

9



چای کیسه ای برای درمان کهیر:
برای خواص آرام بخشی، کیسه های چای
به شدت توصیه می شوند و کمک بزرگی
به خارش هستند. کیسه چای را در حدود
10 دقیقه در آب جوش قرار دهید. بگذارید
خشک شود و سپس برای 15-20 دقیقه
روی کهیرها قرار دهید.

Reference

"Guidelines for the Diagnosis and Management of Food Allergy in the United States: Summary of the NIAID-Sponsored Expert Panel Report" (PDF). NIH. 2010. 11-7700.

Verstege A, Mehl A, Rolinck-Werninghaus C, Staden U, Nocon M, Beyer K, Niggemann B, et al. (September 2005). "The predictive value of the skin prick test weal size for the outcome of oral food challenges". Clinical and Experimental Allergy. 35 (9): 1220–26. doi:10.1111/j.1365-2222.2005.2324.x. PMID 16164451. S2CID 38060324.

Li JT, Andrist D, Bamlet WR, Wolter TD (November 2000). "Accuracy of patient prediction of allergy skin test results". Annals of Allergy, Asthma & Immunology. 85 (5):

**382–84. doi:10.1016/S1081-1206(10)62550-1. PMID
11101180.**

**Yunginger JW, Ahlstedt S, Eggleston PA, Homburger HA,
Nelson HS, Ownby DR, et al. (June 2000). "Quantitative IgE
antibody assays in allergic diseases". Journal of Allergy
and Clinical Immunology. 105 (6): 1077–84.
doi:10.1067/mai.2000.107041. PMID 10856139.**

فصل نهم حنا و کهیر



خواص حنا برای پوست: یکی از مهمترین خواص حنا دفاع در برابر عفونت می باشد. حنا می تواند به بدن کمک کند تا در برابر عفونت، دفاع قوی تری داشته باشد و این باعث می شود که کم کم باکتری های مضر از پوست شما محو شود.

این یکی از مهمترین خواص حنا برای پوست است.

این باکتری ها سبب به وجود آمدن برخی از عفونت ها در بدن می شود که به روش های مختلفی تولید می شوند،

و درمان پوست شما به طور منظم توسط حنا و استفاده از این خواص حنا تاثیر زیادی در حذف باکتری ها دارد

10



حنا یکی دیگر از گزینه های موثر برای درمان می تواند سریع کهیر است. محلولی از حنا درست کنید و آن را بر روی تکه های آسیب دیده از پوست اسپری کنید. لوسیون حنا می تواند به همان اندازه مفید در این زمینه است. به آرامی لوسیون حنا رو روی پوستتان بزنید مراقب باشید زیرا مالش شدی می تواند پوست شما را بیشتر تحریک کند.

REFERENCES

ampson HA (May 2001). "Utility of food-specific IgE concentrations in predicting symptomatic food allergy". The Journal of Allergy and Clinical Immunology. 107 (5): 891–96. doi:10.1067/mai.2001.114708. PMID 11344358.

Kerkhof M, Dubois AE, Postma DS, Schouten JP, de Monchy JG (September 2003). "Role and interpretation of total serum IgE measurements in the diagnosis of allergic airway disease in adults". Allergy. 58 (9): 905–11. doi:10.1034/j.1398-9995.2003.00230.x. PMID 12911420. S2CID 34461177.

"Blood Testing for Allergies". WebMD. Archived from the original on 4 June 2016. Retrieved 5 June 2016.

Khan FM, Ueno-Yamanouchi A, Serushago B, Bowen T, Lyon AW, Lu C, Storek J (January 2012). "Basophil

activation test compared to skin prick test and fluorescence enzyme immunoassay for aeroallergen-specific Immunoglobulin-E". Allergy, Asthma, and Clinical Immunology. 8 (1): 1. doi:10.1186/1710-1492-8-1. PMC 3398323. PMID 22264407.

"Allergy Diagnosis". Archived from the original on 11 August 2010. The Online Allergist. Retrieved 25 October 2010.