



**TÜRK DERMATOLOJİ DERNEĞİ**  
**DERMATOALERJİ ÇALIŞMA GRUBU**  
**DERİ YAMA TESTİ HASTA BİLGİLENDİRME FORMU**

Hastanın Adı Soyadı:	Tarih:	Doktor İmza-Kaşesi
Deri yama testinde kullanılan alerjen-test serisi :		

*Değerli hastamız, gerçekleştirilen “Deri Yama Testi”nin değerlendirmesi sonucu alerjik temas egzamanızın “NİKEL” isimli alerjik maddeye karşı gelişmiş olduğu anlaşılmıştır. Türk Dermatoloji Derneği - Kontakt Dermatit Çalışma Grubu tarafından sizin için oluşturulmuş aşağıdaki bilgilendirme yazısında, hastalığınız ve etkeni ile ilgili kısa bilgilere yer verilmiştir. Lütfen dikkatlice okuyunuz ve hastalığınıza neden olan nikel maddesinden uzak kalınız. Hastalığınızla ilgili cevaplanmamış sorularınızı doktorunuza iletiniz. Geçmiş Olsun Dileklerimizle.*

**ALERJİK TEMAS EGZAMASI ETKENLERİ SERİSİ :**

**NİKEL**

**Nikel;** gümüş-benzeri, parlak, beyaz renkli, sert bir metaldir. Nikel, gümüş veya altın ile karşılaştırıldığında, daha dayanıklı ve kolay işlenebilir özellikte bir metaldir. Bu nedenle, sıklıkla diğer metallerle karışım halinde, sıklıkla metal takılarda ve daha bir çok nesnenin yapımında kullanılır. Nikel alerjik kontakt dermatit adı verilen alerjik deri döküntüsüne (alerjik temas egzamasına) en sık neden olan etkenidir. Günlük hayatta kullanılan pek çok metal üründe dayanıklı kaplama malzemesi olarak da nikel kullanıldığından, alerjik duyarlılığı olan kişiler için önemli bir sorun oluşturmaktadır.

**Nikel alerjisi kimlerde görülür?**

Nikel duyarlılığı; toplumda her on kişiden birinde, özellikle kadınlarda, sık olarak görülmektedir. Herkes, nikel karşı alerjik yapı kazanabilir. Nikel alerjisi (duyarlılığı); tipik olarak, ucuz metal (sahte-imitasyon) takı kullanmaya başlayan genç kızlarda 10-20 yaşları arasında başlamaktadır. Ülkemizde erken yaşta kulak delirme geleneğinin bulunması kadınlarda nikel alerjisinin daha fazla görülmesinin temel nedenidir. “Piercing” (delme) modasının yayılması da nikel duyarlılığında artışa katkı sağlamaktadır. Nikel ile temas halinde olunan işlerde çalışan kişilerde, tekrarlayan maruziyetler sonucu ileri yaşlarda da nikel alerjisi gelişebilir. Atopik egzaması olanlarda ise nikel alerjisi gelişme riski günümüzde normal bireylerden farklı bulunmamaktadır. Ancak kuru, pul pul dökülen, çatlamış hasarlı deri yapısına sahip kişilerde nikel duyarlılığı var ise nikel içeren herhangi bir madde ile en ufak bir temasta nikel alerjisine ait deri döküntüsü kolaylıkla ortaya çıkacaktır.

**Nikel alerjisinin ortaya çıkma nedenleri nelerdir?**

Neden bazı kişilerde nikel alerjisi gelişirken diğerlerinde nikel duyarlılığı olmuyor? Bu sorunun cevabı henüz tam olarak açıklanamamıştır. Bununla birlikte bazı mesleklerde çalışan kişilerde nikel duyarlılığı daha sık görülmektedir. Bu meslekler: kuaförlük, hemşirelik-hasta bakıcılık, ikram hizmetleri, para ve metaller ile temas halindeki mesleklerdir.

**Nikel alerjisi nasıl belirti verir?**

Pek çok hasta, alerjik nikel bağli alerjik temas egzamasını; kot zımbası-çitçiti-fermuarı ya da saat kayışı-tokası altındaki deri alanında, tahriş veya terlemenin katkısı ile ortaya çıkan, kızarık, kaşıntılı bir deri döküntüsü olarak fark eder. Takı takılan bölgelerde geliştiğinde “Takı egzaması” olarak da isimlendirilen bu döküntü genellikle nikel alerjisinin ilk ve tek belirtisi olur. Zamanla döküntülü alanda küçük su dolu kabarcıklar belirir, sulantılı ve nemli görünüm eklenir. Uzun süre devam ettiğinde kuru, kepekli, çatlak görünüm kazanır. Vücutta herhangi bir yerleşimde (en sık eller, bilekler, kulaklar ve karında) bir veya birden fazla odakta aynı anda ortaya çıkabilir. Olağan döküntü;



## TÜRK DERMATOLOJİ DERNEĞİ DERMATOALERJİ ÇALIŞMA GRUBU DERİ YAMA TESTİ HASTA BİLGİLENDİRME FORMU

nikel ile temas eden deri yüzeyi ile sınırlıdır. Ayrıca, alerjik döküntünün nikelin hiç temas etmediği bölgelerde görülmesi (yayım yapması) da olasıdır. Bununla birlikte; nikel alerjisi yayım yaptığında, en şiddetli belirtiler, temastan uzak bölgelerden çok nikel ile temas eden deri alanlarında ortaya çıkar.

Eğer nikel içerikli bir maddeye dokunduysanız, metal parmak uçlarınızda kalıntı bırakabilir ve sonradan parmaklarınızla dokunduğunuz göz kapağı veya boyun gibi uzak deri bölgelerinde nikel alerjisi gelişebilir. Nikel ile temas edilen bir deri yüzeyinde bir kez alerjik döküntü gelişmiş ise sonradan nikel teması başka vücut bölgelerinde gerçekleşmiş olsa bile önceki döküntü bölgelerinde hastalık yeniden alevlenir. Örneğin parmaklarınızla nikel içerikli bir nesneye dokunduğunuzda kulak memelerinde daha önce gelişmiş olan alerjik döküntü yineleyebilir. Nikel duyarlılığı ortaya çıktıktan sonra kısa bir süre içinde nikel içeren maddelerin derinize temas etmesini önleyebilirsiniz deri döküntüsü iz bırakmadan kaybolacaktır. Bu sürecin hızlanması, yakınmalarınızın gerilemesi için doktorunuz size bazı ilaçları kullanmanızı önerecektir. Ancak deri temasını önleyemezseniz ve deri döküntüsü uzun süre devam ederse, takiben temastan kaçınsanız da hastalığın gerilemesi güçleşir ve uzun sürer, iltihaplanma gibi istenmeyen durumlar gelişebilir.

### Nikel içeren nesnelere hangileri olabilir?

Özellikle gümüş renkli ise metalden üretilmiş hemen her nesne nikel içerikli kabul edilir. Günlük yaşamda en sık karşılaşılan nikel içerikli nesnelere şunlardır:

Madeni Para	Toplu iğne - iğne	Kapı kolları-tutacaklar	Metal Aksesuar-Süsler
Takı - Toka	Dikiş iğnesi	Sigara çakmağı	Çatal – bıçak takımı
Musluk	Fermuar	Dosya dolabı	Ataş
Tencere (Paslanmaz çelik)*	Zimba - çitçit	Metal daktilo	Kalem
Metal mutfak gereçleri*	Metal düğme	Anahtar - anahtarlık	Makas
Metal ovma bezleri	Ruj kutusu	Diş protezi ve telleri	Çanta sapı
Kapı pencere kolları	Pudriyer	Elektrik telleri	Gözlük
Mobilya metal aksesuarları	Merdiven trabzanı	Boya ve cila	Petrol ürünleri

*\*Paslanmaz çelik ürünlerin içeriğinde de nikel bulunmakla birlikte özellikle kaliteli üretilmiş nesnelere nikel diğer metallerle çok sıkı bağlandığından salınmaz ve oldukça güvenlidir.*

### En sık hangi vücut bölgeleri etkilenir?

Nikele bağlı alerjik temas egzaması, vücudunuzda herhangi bir deri alanında değişken genişlikte tutulum gösterebilir. En sık etkilenen deri alanları ve olası etkenleri şöyle özetlenebilir:

<b>Saçlı deri:</b> Toka, firkete, maşa, metal saç fırçası <b>Yüz:</b> Bigudi, firkete, takı, bozuk para <b>Göz kapakları:</b> Göz farı, parmakucundaki metal kalıntıları, makyaj fırçası, kirpik şekillendirici maşa <b>Boyun:</b> Kolye, kopça, fermuar, parfüm spreyleri <b>Göğüs:</b> Broş, madalyon, zincir <b>Meme:</b> Sütyen teli, kolye <b>Sırt:</b> Çitçit-kopça, sütyen metalaksesuarı, fermuar <b>Karın:</b> Zimba (kot vb.), giysilerin metal aksesuarları <b>Uyluk:</b> Cepteki bozuk paralar, metal sandalye, pantolon askısı metal aksesuarları	<b>Burun:</b> Gözlük çerçevesi <b>Dudaklar:</b> Dudakta tutulan toplu iğne, metal ruj klifi, kalemlerin metalik kısımları <b>El:</b> Metal para, şemsiye, cüzdan ve çantaların metal aksesuarları, bebek arabası tutacağı, musluk, çatal-bıçak takımı <b>Ayak:</b> Ayakkabı tokası, metal aksesuarlar <b>Kol:</b> Bilezik <b>Kulak:</b> Küpeler, gözlük çerçevesi, kalem <b>Parmak:</b> Yüzük, yüksük, iğne, bozuk para, daktilo tuşu, kalem <b>El bileği:</b> Saat kayışı, tokası vb. bilezik, metal koku şişeleri <b>Değişken temas alanı:</b> Her türlü takı ve metal ürün
--	---



## TÜRK DERMATOLOJİ DERNEĞİ DERMATOALERJİ ÇALIŞMA GRUBU DERİ YAMA TESTİ HASTA BİLGİLENDİRME FORMU

### **Nikel duyarlılığı ne kadar süreyle devam edecek?**

Bir kez nikel duyarlılığı gelişirse kişi genellikle ömür boyu duyarlı kalır. Evde ve iş yerinde nikelden kaçınmak oldukça zordur. Ancak nikel ile her temas deri döküntüsünün ortaya çıkmasına neden olmayabilir. Eğer derinizin bakımı yetersiz, kuru, soyulmuş veya çatlamış ise nikel deri yüzeyinden kolaylıkla giriş yapar. Islak veya terli iken uzun süreli ve sürtünme ile birlikte gerçekleşen nikel teması (kol saati kayışı vb.) nikel duyarlılığının gelişmesi kolaylaştığından bu durumların önlenmesi faydalı olur.

### **Nikel alerjisi tedavi edilebilir mi?**

Nikel duyarlılığınıza son verecek bir ilaç bulunmamaktadır. Nikele bağlı alerjik temas döküntüsü gelişmesini önlemenin en uygun yol nikel ile uzun süreli temasın engellenmesidir. Çevrenizdeki pek çok nesne nikel içerdiğinden temasın kesilmesinin sağlanması zordur ancak tedaviniz için bunu hedeflemelisiniz. Ev ve iş yerinizde metal ürünleri dikkatlice belirleyin, bunların yerine güvenli olan ahşap, plastik, cam, kağıt veya kumaştan yapılmış ürünleri kullanın ancak bu ürünlerin metal aksesuarlarına dikkat ediniz.

Metalden yapılmış her nesnenin nikel içerdiğini varsayın ve dokunmaktan kaçının. Zorunlu durumlarda pamuklu veya pamuklu astar içeren lateks (kauçuk) ve PVC eldiven kullanınız. Bununla birlikte bir metal ürünün nikel içerip içermediğini gösterebilmek için DMG (*dimetilglioksim*) adlı kimyasal içeren test kiti kullanabilirsiniz. Bunun için doktorunuzdan bilgi ve yardım isteyiniz.

Nikel içeren bir nesneyi (takılar vb.) boya, tırnak cilası, lake, vernik veya maskeleme bandı ile kaplarsanız derinizin metale direkt temas etmesini önleyebilirsiniz. Ancak bu gibi kaplamalar, çizildiğinde ya da hasarlandığında faydasız kalacaktır, aralıklarla kontrol ediniz ve gerekirse tekrar kaplama uygulayınız. Zimba gibi metal aksesuar içeren giysilerinizin içine bir kat güvenli giysi (metal aksesuarsız pamuklu giysi, eldiven vb.) giymek direkt teması önlemek açısından faydalı olabilir ancak sıcak ortamda, terleme durumunda etkisiz kalabilir. Bozuk paraların serbest olarak ceplere konulması yerine cüzdanda bulundurulması gereklidir. Eğer nikel temasına bağlı olarak deride alerjik döküntü belirir ise deri hasarlanmış olur. Bu dönemde bu önlemlere azami ölçülerde uyulmalıdır.

### **Nikele karşı alerjik duyarlılığı olan kişiler takı kullanabilir mi?**

Nikel duyarlılığı olan kişilerde eş zamanlı altın duyarlılığı olma olasılığı çok düşüktür. Bununla birlikte altın takı yapımı sırasında, daha sert ve kolay işlenebilir olması için altın bir miktar nikel ile karıştırılmaktadır. Dokuz ayar altında yüksek, 18 ayar altın düşük miktarda nikel bulunmaktadır. Buna karşın 24 ayar altın ve som gümüşün nikel içermediği kabul edildiğinden güvenle kullanılabilir. Altın kaplama, beyaz altın ve çelik ürünler ise kullanılmamalıdır.

### **Nikele karşı alerjik duyarlılığı olan kişiler özel bir beslenme-diyet uygulamalı mı?**

Bilimsel çalışmalar nikelsiz beslenmenin hastaların bir kısmında düzelme sağlandığını göstermiştir. Yeşil yapraklı sebzeler, kakao, sarımsak, soğan, mercimek, kayısı, çikolata, kuruyemişler ve kabuklu deniz ürünlerinde yüksek düzeyde nikel bulunur. Konserve veya teneke kutudaki içecek ve besinlerde de nikel bulunduğundan tüketilmeleri önerilmez. Ayrıca asidik yapıdaki besinler (turunçgiller, ışgın, elma vb.) paslanmaz çelik tencerede pişirimeleri sırasında tencerenin yapısındaki nikelin açığa çıkmasına ve besine karışmasına neden olabilmektedir. Teflon, alüminyum, emaye, cam tencerelerde ise bu durum gözlenmediğinden güvenle kullanılabilir. Dikkat edilmesi gereken bir nokta da sabah çeşme suyu içilmemesidir çünkü beklemiş borudaki suyun nikel içeriği yüksek olabilir. Nikel sülfat: kobalt, krom, palladyum ve disulfiram ile çapraz reaksiyon verir. Besinlerdeki nikel içeriğine göre beslenme önerileri tabloda özetlenmiştir.

**Besinlerdeki Nikel İçeriğine Göre Beslenme Önerileri:**

 Yüksek nikel içerikli tüketilmemesi gereken gıdalar	 Orta düzeyde nikel içerikli, önerilmeyen gıdalar	 Yenilmesinde sakınca olmayan gıdalar		
Kakao Sarımsak Hazır çay Mercimek Kayısı Ispanak Çikolata Soya Fındık Badem Konserve gıdalar Tuna (Ton) balığı İstiridye ve kabuklu deniz ürünleri	Ay çekirdeği Ceviz Domates Kırmızı turp Fasulye Bezelye Marul Pırasa Kırmızı lahana Mısır Soya proteinli ürünler Yulaf unu Hurma Susam Bira	Ahududu Kabartma tozu Pasta mayası Keten tohumu Bezir yağı Yer fıstığı Vitaminler* Mantar Armut İncir Kakaolu içecekler Çavdar Ananas Kuru erik Kırmızı şarap	Yumurta Et Kümes hayvanı Tereyağı Peynir Süt Yoğurt Pirinç Makarna Margarin Karbonatlı içecekler Çay-kahve** Maya Taze meyve*** Muz Kuru üzüm Böğürtlen	Kırmızı pancar Brokoli Brüksel lahanası Beyaz lahanası Çin Lahanası Karnabahar Kabak Havuç Salatalık Patlıcan Marmelat reçel Soğan**** Patates Karabiber Kırmızıbiber Maydanoz Şeftali

\* Nikel içeren ilaçlar, \*\* Koyu içilmemelidir, \*\*\* Armut haricindeki taze meyveler, \*\*\*\* Çok tüketilmemelidir.

**Unutmayınız!**

Deri döküntünüz düzelmiş olsa da nikel karşı alerjik duyarlılığınız halen sürmektedir. Nikel ile deri temasını engelleyen önlemler döküntüsüz dönemlerde de sürdürülmelidir.

**YASAL UYARI**

**BU METİN, YALNIZCA GENEL BİR BİLGİ KILAVUZU OLARAK HAZIRLANMIŞTIR. BİREYSEL DURUMLAR VE FARKLILIKLAR OLABİLECEĞİNDEN DOKTORUNUZUN ÖNERDİĞİ UYGULAMA, İLAÇ VE DESTEKLEYİCİ TEDAVİ ÖNERİLERİ ESASTIR, BU BİLGİLER DOKTORUNUZUN ÖNERİLERİNİN YERİNİ ALMAMALIDIR.**