

الجلدية

مجلة تصدرها الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد



BEAUTY

SKIN

الفيتامينات

ومضادات الأكسدة تقلل من  
التجاعيد وتحسن مظهر البشرة

الأمراض الجنسية

تصيب الرجال والنساء

الكورتيزون

الرفيق الدائم لطبيب الجلدية

من يحمي مجتمعنا من هذه الأخطار



*Regain the purity,  
radiance and texture of a beautiful skin.*

## MEDICAL SKIN PEELS

PIGMENTED SPOTS  
WRINKLES & FINES LINES  
OILY SKIN



COSMO PEEL



SPOT PEEL



MILK PEEL



 **DERMA  
ZONE**  
Dermazone Est.

الوكيل الوحيد في المملكة مؤسسة: نطاق الجلدية للنجارة  
DermaZone Est. Saudi Arabia Tel : +96612934966 Fax: +96612934965

**Derma  
Ceutic**

kaya skin clinic™

عيادات كايا الجلدية

الرياض و جدة

[www.kayaclinic.com](http://www.kayaclinic.com)

علاج الأمراض الجلدية  
إزالة الشعر بواسطة الليزر

الرياض : بناية رقم ٤٠٤٠ شارع العروبة - السليمانية هاتف ٠١٢١٥٢٢٩٩  
جدة : شارع الأمير سلطان - مركز سعد التجاري هاتف ٠٢٦١٦٥٨٠٨  
وقريبا في الرياض فرعي الروضة - البديعة



مركز الدكتور عبد العظيم البسام الطبي  
 Dr. Abdulazeem Al Bassam Medical Center  
 info@albassammed.com  
 www.albassammed.com

**Dr**  
 جلدية  
 جراحة تجميل  
 ليزر  
 عناية البشرة  
 أسنان



Saudi Arabia - Riyadh - P.O.Box 22395 Riyadh 11495 - Rahmania - Thakhassusi St Opp. Saudi Telecom  
 Tel.: 009661 4 60 70 52 - Fax : 009661 4 19 35 52

شركة تافارود الطبية هي الوكيل الحصري بالمملكة العربية السعودية لهذه المنتجات  
Tatarod Medical company is the exclusive distributor in the Kingdom of Saudi Arabia  
for these products



**Tatarod**  
Medical Co. Ltd.

**Macrolane™**  
Grazefully shapes your body

**Q-MED**  
Enabling individual beauty

*Restylane®*  
Natural beauty from within



**CUTERA®**  
Laser Technology

**Ice Mask™**  
Anti-Aging Made in Switzerland

**Tatarod**  
Medical Co. Ltd.

**BIOLOGIQUE  
RECHERCHE**

PARIS

SPA product face - body - hair

**Tatarod**  
Medical Co. Ltd.

Tel. : +966 1 279 5161

Fax : +966 1 279 5150

[www.tatarod.net](http://www.tatarod.net)



## حتیٰ فی فصل

## احذروا انتقعة

احذروا اشعة الشمس



مجلة تصدرها الجمعية السعودية

لأمراض وجراحة الجلد

ردمک ۲۳۳-۱۶۵۸

رقم ايداع ١٤٢٦/١٢٤٠

المشرف العام

د. عمر بن عبد العزيز آل الشيخ

رئيس التحرير

عبد الرحمن بن محمد المنصور

## الهيئة الاستشارية

د. عبد العزيز بن ناصر السدحان

د. صالح بن خالد الرشيد

د. خالد بن محمد العبود

د. علي بن عطاءالله الرادادي

الجمعية السعودية لأُمراض

وجراحة الجلد

المملكة العربية السعودية - الرياض

ص.ب ٩٤٦٤٨ الرمز البريدي ١١٦١٤

هاتف: ٤٨٨٢٥٥٣ ١ ٩٦٦ ٠٠

فاکس: ۰۰۹۶۶ ۱ ۴۸۲۱۴۱۰

الموقع على شبكة الانترنت :

[www.ssdds.org](http://www.ssdds.org)

المراسلات باسم رئيس التحرير

الآتوية الحساسة



التعرق



Sweating

المستشار



Restylane  
Restyle your beauty from within.

**Tafarod**  
Medical Co., Ltd.

**تعد** الحساسية الآتية من أكثر الأمراض ازعاجاً سواء بالنسبة للمرضى وكذلك لذويهم، وهو على الرغم من أنه مرض مزمن قد يصاحب الأطفال حتى البلوغ إلا أنه.....



## نحو الهدف...



د. عمر بن عبد العزيز آل الشيخ

**تعاني** القطاعات الصحية من ندرة في عدد من التخصصات، مما يقودها إلى اللجوء إلى استخدام الكوادر الطبية من الخارج، في الوقت الذي تُنادي فيه بإعطاء الفرصة للكوادر الوطنية، ولكن الواقع يقول أن قطاعنا الصحية تعاني ندرة في تخصصات نحن في أشد الحاجة لوجودها.

إن البنية الأساسية في بلادنا المملكة العربية السعودية موجودة وعلى مستوى عالٍ ولله الحمد، وأيضاً لدينا الكوادر المؤهلة التي تستطيع تقديم نماذج مشرفة من الشباب الوطني الحاصل على أعلى الدرجات العلمية والأكاديمية.

إن البلاد تحتاج إلى التوسع في افتتاح الجامعات والكليات الصحية في مختلف أنحاء المملكة لإعداد جيل متسلح بالعلم الحديث القادر على مواكبة العصر وتكنولوجيا التقدم المذهل في شتى أنواع المعارف والعلوم.

ولا ريب أن القطاع العلمي بشكل عام والصحي بشكل خاص قد حظي بقسط وافٍ من الميزانية وهذا مؤشر واضح وجلي على التوجه والرغبة الصادقة في دعم العلم ووضوح الرؤية في هذا الجانب. إن هذا الاستثمار الذي يعد استثماراً في العلم والمعرفة وفكر الإنسان وعقله يعد الاستثمار الأفضل والأغنى الذي تحتاجه الأمة بشدة، حتى نصل إلى الهدف المنشود من العقول التي ستحمل مشعل التنوير في المملكة في الغد القريب.

إن الراصد والقارئ بين سطور ميزانية هذا العام سيجد فكراً استراتيجياً لا ينظر إلى اليوم أو الغد القريب فقط، بل إلى تخطيط بعيد المدى، اقتصادياً واجتماعياً وعلمياً، مع أن الملفت حقاً ما تم رسمه للقطاع الصحي، فهو يبشر بغد يحتل فيه الطبيب، وجميع التخصصات الصحية المكانة التي تتناسب ومكانة المملكة، وما حققته جامعاتها من إنجازات على الصعيدين الإقليمي والعالمي. قد يراني القارئ متعجلاً بعض الشيء، ولكنها عجلة المحب لوطنه الغيور على أبنائه، المتطلع لليوم الذي يصبح فيه المتخصص السعودي في مكانة مرموقة محلياً وإقليمياً ودولياً، وقبل ذلك سد الفراغ في التخصصات التي يحتاجها القطاع الصحي في المملكة.

إعني مشترك

8



2

44

**الجلد الدرع الواقي**  
الجزء الأول

**80%** من الأشخاص  
يعانون انحراف الوتيرة  
الأنفية

50

نتق الشفة الولادي أو الشفة الأرنبية

**56 cleft lip**

اضطراب الغدة الدرقية  
يؤدي إلى جفاف الجلد  
وتفتتته وتغير لونه

60



زراعة البصيلات الدقيقة  
تعطي منظرًا طبيعيًا



52

الاشتراكات - الإعلانات

الجريدة للخدمات الإعلامية

المملكة العربية السعودية

ص.ب. ٤٢٣٦٢ - الرياض ١١٥٤١

هاتف: ٢٢٥٠١١١ (خمسة خطوط)

فاكس: ٢٢٥٣٧٧٧

الرقم الموحد: ٩٢٠٠٠٨٠٠٩

www.aljazeera.com



التوزيع

الشركة الوطنية للتوزيع الرياض

هاتف: ٤٨٧١٤١٤

فاكس: ٤٨٧١٤٦٠

المدير الفني

صلاح المنصف الجوادى

التحرير والتسويق الصحفي

الجريدة للخدمات الإعلامية

المدير التنفيذي

م. عبد الرحمن بن زيد الضعيفان

التصميم والإخراج والطباعة

الجريدة للخدمات الإعلامية



**UVA/UVB Defense SPF 50+**



- State-of-the-art Mexoryl® technology
- Broad UVA/UVB protection
- Photostable
- Water proof
- Easy to use cream formulation

- Fragrance-free
- Non-comedogenic
- Hypoallergenic



- Photo-aggravated dermatoses (e.g. melasma, rosacea, LE)
- Photo-induced dermatoses (e.g. PMLE)
- Drug-induced photosensitivity
- Skin treated with topical retinoids
- Post-procedural care (e.g. after dermabrasion, chemical peeling, laser or intense pulsed light treatment)

For the face and UV-sensitive areas



50 ml tube

برعاية مدير الجامعة الدكتور عبد الله العثمان

# انطلاق فعاليات الملتقى العلمي الأول للجمعيات العلمية في جامعة الملك سعود



**انطلقت** في جامعة الملك سعود فعاليات الملتقى العلمي الأول للجمعيات العلمية الذي تنظمه وكالة الدراسات العليا والبحث العلمي ممثلة في إدارة التعاون الدولي والجمعيات العلمية، الذي استمر على مدى يومين.



قد توسعت بشكل كبير، حيث إن عدد الجمعيات العلمية في الجامعة قد وصل إلى ثلث عدد الجمعيات العلمية التابعة لجامعات المملكة، وذلك أمر لا يسر لأني أؤمن بأن الإيجابية ليست بكثرة العدد في الجمعيات بل الإيجابية في النتائج والإنجازات الملموسة علي أرض الواقع، مشيراً إلي أن الجمعية العلمية وسيلة لخدمة المجتمع وتتحمل مسؤولية كبيرة تجاه الجامعة وتجاه المجتمع في مجال البحث العلمي والتنمية المهنية والتطوير العلمي في مجال التخصص ومع الأسف هناك ٢٤٪ من الجمعيات العلمية داخل جامعة الملك سعود لا تستحق البقاء، وقد أسعدني كثيراً أنه لم تتم الموافقة خلال هذا العام علي إنشاء أي جمعية علمية جديدة فإذا كان هناك ٢٤٪ من الجمعيات الحالية ليس لها وجود أو نتائج إيجابية تراها الجامعة فكيف نعطى الفرصة لإنشاء جمعيات جديدة والزعماء في إدارة التعاون الدولي والجمعيات العلمية واجهوا صعوبة كبيرة في الحصول علي المعلومات الخاصة بتلك الجمعيات وعلي المستوي الشخصي عندما كنت أجد الفرصة للمرور علي مواقع تلك الجمعيات أسف علي تلك الجمعيات التي من المقترص أنها جمعية علمية فلا تجد لهم موقع محدد ولا تستطيع الحصول علي معلومة وكأنها فقط أنشئت واندثرت مع الأيام، وجامعة الملك سعود أصبحت اليوم علماً تشرف به فهي الأولى عربياً وإسلامياً في التصنيف العالمي والأولى في عرض الأوراق والأبحاث العلمية وبراءات الاختراع علي المستوي العربي، وكما سعدنا اليوم بوجود جمعيات متميزة تفتخر وتشرف جامعة الملك سعود بهم أتمني أن يكون هذا هو حال باقي الجمعيات الأخرى وأكرر قول معالي مدير الجامعة الدكتور عبد الله بن عبد الرحمن العثمان يجب ألا تعيش وتستمر إلا الجمعية التي تستحق وتبرهن علي ذلك من خلال معايير وأهداف ونتائج واضحة وملموسة نراها من أعمال الجمعية علي الواقع.

وألقى مدير الجامعة الدكتور عبد الله العثمان كلمة عبّر في بدايتها عن الشكر والتقدير لإدارة التعاون الدولي والجمعيات العلمية لتنظيم هذا الملتقى، وكذلك تطوير عمله وآلياته، وقال: لابد أن نعترف أساً حتى هذه اللحظة لم نصل للمستوى المأمول، ولا شك أن هناك ممارسات وإنجازات ولكنها لا تحقق سوى طموح الماضي، أما الطموح الحالي والمستقبلي فيجب أن نعترف جميعاً أننا ما زلنا دون الطموح في الجمعيات العلمية.

وخص العثمان بالذكر تسع جمعيات فقط هي التي تشارك مشاركة فعالة وإيجابية، أما باقي الجمعيات مع الأسف فهي دون المستوى المتوقع، فالمسألة ليست بكثرة الجمعيات العلمية. وأكد أنه لا يزال لدينا فهم خاطئ للجمعيات العلمية، ومن مؤشرات الفهم الخاطئ أنه عندما كنت وكيلاً لوزارة التعليم العالي كونت لجنة لدراسة السبب وراء انشقاق بعض الجمعيات العلمية وانتقالها إلى هيئة أخرى، والسبب في ذلك هو عدم قدرة بعض الأفراد على الفوز أو ترؤس الجمعية، كان الجمعية أسست من أجل أن يحكمها أو يديرها مجموعة من الأفراد، وعلى سبيل المثال بدلاً من أن تكون الجمعية السعودية لطب الأطفال أصبح الآن هناك جمعية لقلب الأطفال وجمعية لكلى الأطفال، وتم تحويل جسم الإنسان إلى أسماء وفروع لمجموعة من الجمعيات بدلاً من أن تكون لدينا جمعية واحدة قوية تستطيع أن تشارك في المحافل العلمية العالمية ممثلة للمملكة العربية السعودية، وبذلك أصبح لدينا جمعيات عديدة حتى وصلنا إلى درجة ألا نستطيع أن نكون لها جمعية عمومية.

وتحدث وكيل جامعة الملك سعود للدراسات العليا والبحث العلمي الدكتور علي الغامدي عن أهداف الملتقى قائلاً: إذا أردنا أن نحدد اليوم أهداف ذلك الملتقى فإننا اعتقد أن من أهم الأهداف أنه يتيح نافذة حوار مفتوح بين رؤساء الجمعيات وإدارة الجامعة حتى يكون هناك تقارب في الأفكار المطروحة ووجهات النظر فقد لاحظت أن الجمعيات العلمية في جامعة الملك سعود

## حصلت على شهادة جامعة الملك سعود للأداء المتميز

## تصنيف الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد



ملتقى الجمعيات العلمية بجامعة الملك سعود تحت عنوان «رؤية مستقبلية علمية ومخرجات إستراتيجية هادفة، برعاية معالي مدير الجامعة الأستاذ الدكتور عبد الله بن عبد الرحمن العثمان.

وعبر الدكتور علي بن عطا الله الرادادي عن شكره لجميع المسؤولين بجامعة الملك سعود على هذا التقدير، وخص بالشكر معالي مدير الجامعة عبد الله بن عبد الرحمن العثمان، والأستاذ الدكتور علي بن سعيد الغامدي، وكيل الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي، والدكتور أحمد بن حيدر الغدير المشرف على إدارة التعاون الدولي والجمعيات العلمية، على هذا التقدير وشهادة الأداء المتميز، مضيفاً: لنسأل الله تعالى أن يوفقنا إلى المزيد من النشاط، وأن يكون هذا التقدير حافزاً على العمل والأداء المتميز، خدمة لتخصص أمراض وجراحة الجلد في هذه البلاد الكريمة المباركة.

**حصلت** الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد على شهادة جامعة الملك سعود للأداء المتميز وتصنيفها من قبل وكالة الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي ممثلة في إدارة التعاون الدولي والجمعيات العلمية ضمن قائمة الفئة (أ) التي شملت ١٧٪ فقط من مجموع الجمعيات العلمية التابعة لجامعة الملك سعود وعددها (٥٢) جمعية. وقد حصلت الجمعية على شهادة الأداء المتميز من جامعة الملك سعود لعام ١٤٣٠/١٤٣١هـ.

وتسلم شهادة التقدير رئيس مجلس إدارة الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد الدكتور علي بن عطا الله الرادادي، أثناء انعقاد



د. علي الرادادي

د. علي الغامدي

د. عبد الله العثمان

# حتى في فصل الشتاء

## احذروا ألتعة الشمس



**قد** يظن البعض أن أشعة الشمس الضارة تكون فقط في شهور الصيف، حيث الحرارة المرتفعة، ولكن الصواب يكمن في أن أشعة الشمس الضارة ليست قاصرة على فصل دون آخر، فإذا كانت موجودة وبشدة في الصيف فهي موجودة أيضاً في فصل الشتاء.



د. أيمن محمد الجندى  
استشاري الأمراض الجلدية

ومن المعروف ان طبقة الاوزون تقوم بحماية الانسان من مخاطر الاشعة فوق البنفسجية حيث تقوم بامتصاص كل الاشعة قصيرة الموجه [UVC] ونسبة كبيرة من الاشعة متوسطة الموجه [UVB] ونسبة ضئيلة من الاشعة طويلة الموجه [UVA] التي تستلحق اختراق الزجاج، وبذلك فان زجاج السيارات وزجاج نوافذ المنازل لا يؤمن الحماية

إن الشمس هي المصدر الرئيس للاشعاعات علي وجه الأرض، حيث توجد منها الأشعة النافعة، وأيضاً الضارة لجسم الإنسان، فتقسم الأشعة لعدة أنواع أخطرها الأشعة فوق البنفسجية التي تنقسم إلى:

- اشعة قصيرة الموجه [UVC]
- اشعة متوسطة الموجه [UVB]
- اشعة طويلة الموجه [UVA]



### ثانياً التأثير المزمن:

عبارة عن تغيرات تشمل شيخوخة الجلد التي تظهر على شكل تجاعيد وجفاف بالجلد كما تشمل ضعف بالجهاز المناعي للجلد مع زيادة نسبة الإصابة بسرطان الجلد والذي يعتبر أخطر التأثيرات التي تحدثها الأشعة فوق البنفسجية في جلد الإنسان

كما ينبغي أن نعلم أن التعرض المستمر والمزمن لأشعة الشمس أوقات الذروة للأشعة فوق البنفسجية بسبب الكثير من الأمراض الجلدية مثل الطفح الضوئي المتعدد الأشكال والارتيكاريا الضوئية والذئبة الحمراء.

**ما هي سبل الوقاية والحماية من الأشعة فوق البنفسجية؟**

- 1- هناك نوعان من الوقاية
- 1- وقاية طبيعية
- 2- وقاية عن طريق دهانات تحمي من الشمس

اللازمة لجلد الإنسان من التأثير الضار لأشعة الشمس ومن المعروف أيضاً أن أخطر وقت للتعرض لأشعة الشمس يكون بين الساعة العاشرة صباحاً والثالثة ظهراً حيث تكون الأشعة فوق البنفسجية في أوج شدتها وأخطر درجاتها لذا ينبغي تجنب التعرض لأشعة الشمس في هذه الفترة من اليوم إلا للضرورة.

ماهي تأثيرات الأشعة فوق البنفسجية على جلد الإنسان؟ هناك نوعان من التأثيرات على جلد الإنسان

- 1- تأثير سريع ومؤقت
- 2- تأثير مزمن

### أولاً التأثير السريع والمؤقت:

وهي عبارة عن تغييرات جلدية مؤقتة وتشمل احمرار واسمرار في الجلد واكتسابه لون برونزي

**Tanning**

مع تكوين فيتامين (د)

### الوقاية الطبيعية:

وتتمثل في طبقة الاوزون الموجودة في الغلاف الجوى للأرض التى تقوم بالحماية من مخاطر نوعي الأشعة البنفسجية UVC & UVB ولكن هناك مشكلة ناجمة عن اختراق وضعف طبقة الاوزون نتيجة انتشار عوادم السيارات والمصانع بالإضافة لغازات التبريد (غاز الفريون) المستخدمة في المكيفات والثلاجات والتي تسبب في وصول كميات كبيرة من الأشعة فوق بنفسجية الى سطح الارض مما يزيد من مخاطر اصابة الجلد بالسرطان بأنواعه المختلفة وهذا يستدعى استعمال المستحضرات الواقية من الشمس بصورة منتظمة ودائمة.

كما انه توجد حماية طبيعية هي جلد الانسان من الأشعة فوق البنفسجية وهى مادة الميلانين (MILANINE) الموجودة في الجلد التى تمتص كميات كبيرة من الأشعة الضارة، كما ان هناك وسائل اخرى تحمى من اشعة الشمس مثل الملابس الطويلة وارتداء غطاء الرأس والقباعات.

## الوقاية الطبيعية تتمثل في طبقة الاوزون ومادة الميلانين

### والآن ماذا عن المستحضرات التى تحمى من الشمس؟

هناك نوعان من المستحضرات التى تحمى من أشعة الشمس الضارة: مستحضرات عضوية

مستحضرات غير عضوية

المستحضرات العضوية او الكيميائية التى بدورها تنقسم الى ثلاثة أنواع:

وقيات ضد الأشعة الطويلة الموجه (UVA) وتشمل مواد مثل (Benzophenone, Mexoryl SX, Mexoryl XL)

وقيات ضد الأشعة المتوسطة الموجه (UVB) مثل (Cinnamates, Salicylates)

وهناك انواع تحمى من الأشعة الطويلة والمتوسطة معا مثل (Tinosorb)

المستحضرات غير العضوية مثل (Zinc Oxide, Titanium Dioxide)

ولكن هناك بعض الحالات التي قد يحدث بها اعراض جانبية لبعض هذه المستحضرات مثل تهيج الجلد الشديد والتحلل الضوئي خاصة لذوي البشرة الحساسة وهذه المشاكل تظهر مع المستحضرات التقليدية القديمة التى تحتوى على مادة (PAPA) ومشتقاتها.

اما عن المستحضرات الحديثة فهي آمنة ولا تسبب مثل هذه المشاكل لانها تحتوى على مكونات ذات فعالية عالية لا تسبب في تهيج الجلد مثل مادتي (TINOSORB, MEXORYL) التى تتميز بالفاعلية العالية والحماية الممتدة مع عدم التفاعل مع اشعة الشمس

### إذن كيف يمكن تقييم فاعلية واقي الشمس؟

ان التقييم يكون عن طريق حساب عامل الحماية من الشمس او (SPF) بحيث يجب ان تكون ٣٠ او اكثر في البلاد المشمسة، كما أن الطريقة المثلى لاستخدام واقي الشمس وهى ان يوضع كمية كبيرة (٢ملليجرام/السنتمتر المربع) (2mg/cm2)

قبل التعرض للأشعة بحوالى ٢٠ دقيقة ثم يعاد استخدامه بعد ساعتين الى ثلاث ساعات من اجل الحماية الدائمة من اشعة الشمس

وهي خاتمة هذه المقالة ننصح الجميع باستخدام واقيات الشمس بطريقة دائمة ومنتظمة قبل التعرض للشمس لحماية الجلد من الشيخوخة والترهل والاورام الخبيثة التى انتشرت بصورة ملفته في الاونه الاخيرة مع تمنياتنا بالصحة الدائمة والعافية.

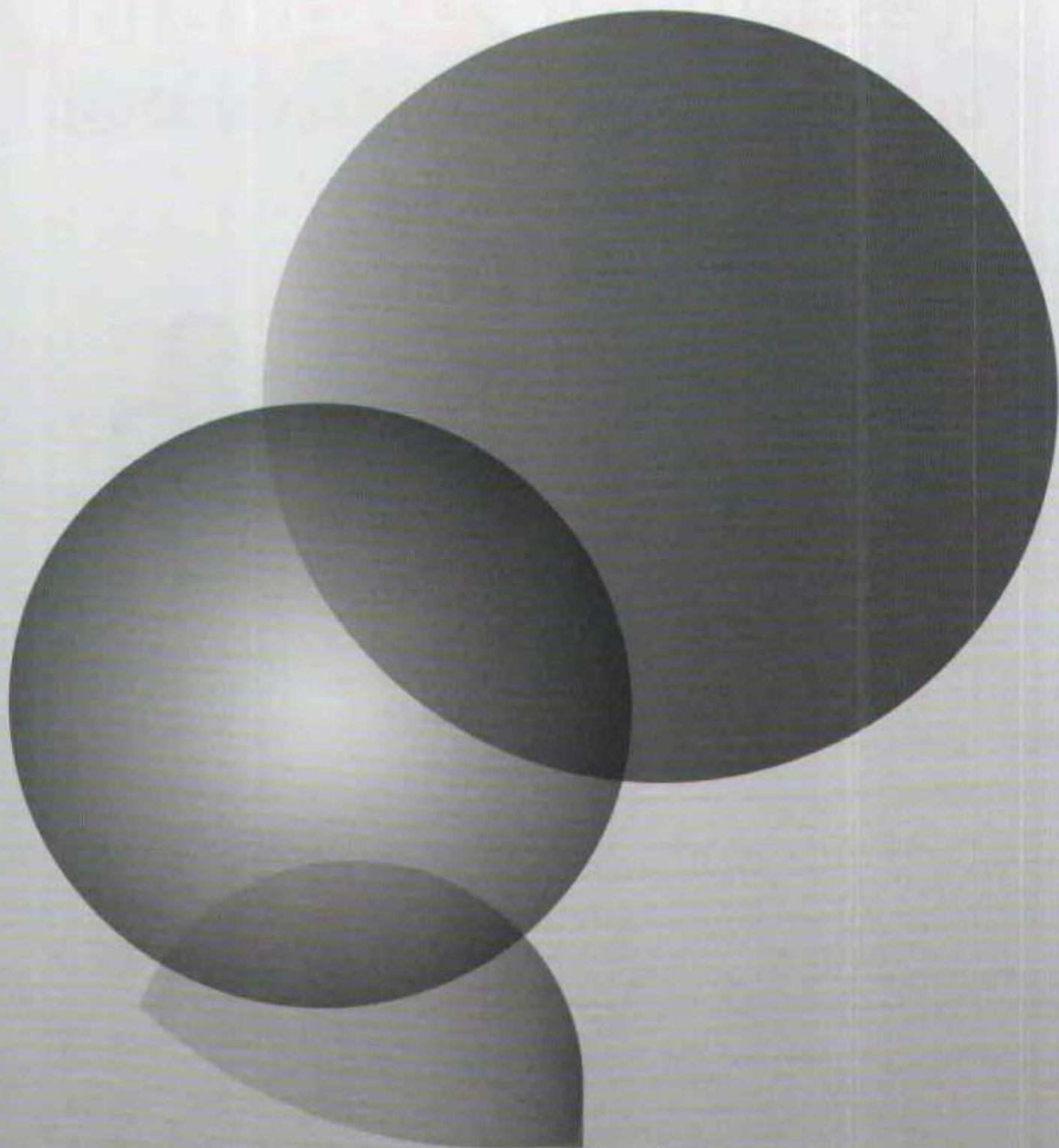
ضرورة استخدام

واقي الشمس قبل

التعرض لها بـ ٢٠ دقيقة



# Coming Soon...



 **Pan Pharma**

# الإبرة المرنة (ديرما سكليب)

ثورة في تقليل الألم والكدمات بنسبة **90%** أثناء حقن التعبئة

**لقد** أصبح لحقن التعبئة باع كبير في سوق التجميل في منطقة الخليج والشرق الأوسط، وذلك بسبب نتائجها الممتازة والفورية وفي نفس الوقت في أمانها التام.

من المعروف أن هذا المنتج يتم تسويقه على شكل حقنة جاهزة للاستخدام مباشرة، وبمجرد إدخال الإبرة الحادة في المنطقة الوسطى من طبقات الجلد يبدأ الطبيب بحقن وتوزيع جل التعبئة في المنطقة المراد زيادة حجمها أو تعديل شكلها حتى يصل إلى الحجم والشكل المطلوبين.

ولكن عملية اختراق الإبرة الحادة لطبقات الجلد السطحية المليئة بالنهايات العصبية من الأمور المزعجة بالنسبة للمريض، والطبيب على السواء، لما تسببه من ألم، بالإضافة إلى المخاطر الناتجة أثناء الاختراق من وجود أوعية دموية، أو نهايات عصبية، وأيضا تمزق الأنسجة، مما يتسبب في حدوث كدمات وتغير لون بعض المناطق في الجسم إلى اللون الأزرق بعد الحقن، وذلك بسبب الإبرة الحادة.



د. أحمد بدران

## كيف نتفادي حدوث هذه المخاطر ؟

1. تتميز الإبرة المرنة (ديرما سكليب) بطول ٢٧ ملي بما يعادل بوصة ونصف، مما يمكن من حقن وتعبئة مساحة أكبر، وفي اتجاهات مختلفة عن طريق ثقب واحد فقط بسهولة كبيرة.
2. القطر الداخلي للإبرة المرنة (ديرما سكليب) هو ٢٧ جوش والخارجي ٠.٤ مل، وهذا القطر رفيع جدا، بما يكفي لعدم حدوث الكدمات.
3. طرف الإبرة المرنة (ديرما سكليب) غير حاد (تلم) مع فتحة جانبية، تسمح بانزلاق جل التعبئة بانسيابية متناهية.
4. تتميز بمرونة عالية الجودة لأنها مصممة من الاستل ستيل النقي.
5. مصنعة في الولايات المتحدة الأمريكية، وحاصلة على شهادة الـ [ FDA ]

## كيف نستخدم الإبرة المرنة (ديرما سكليب) ؟

لكي نستطيع إدخال الإبرة المرنة (ديرما سكليب) لابد من عمل ثقب بواسطة إبرة حادة بشرط أن يكون قطرها نفس القطر أو أكبر قليلا، وبمجرد عمل الثقب ندفع الإبرة المرنة (ديرما سكليب) داخل الثقب مع شد الجلد في الاتجاه المعاكس لدخول الإبرة المرنة، وسنلاحظ انزلاقها بسهولة ويسر داخل طبقات الجلد.

إن الإبرة المرنة جعلت حقن التعبئة بدون ثقب كثيرة، بالتالي ألم أقل بالنسبة للمريض، وأيضا جعلت الحقن غير مقلق بالنسبة للطبيب لأنه أصبح متفاديا للأوعية الدموية والنهايات العصبية، وينزلق بسهولة ويسر في طبقات الجلد بفضل المرونة بدون حدوث كدمات أو نزيف، كما تسببه الإبر الحادة، وأيضا تغطية لمنطقه أكبر بكثير من الإبر الحادة بفضل الطول المناسب للإبرة المرنة (ديرما سكليب).



بثقب واحد.. تعبئة مساحة أكبر.. وفي اتجاهات مختلفة

Dermasculot



## تعد جراحات التجميل

موهبة ومهارة في فئة خاصة جداً من الجراحين، الذين يتمتعون بمقومات عالية من الحس الفني المطلق، والقدرة على التأمل والتواصل مع الآخرين، والتحلي بشخصية قوية لها القدرة على اتخاذ قرار صائب كثيراً ما يكون مختلفاً في كل حالة عن الأخرى، وفوق كل هذا لا بد من وجود قدر ضخم من علم حديث، وخبرة عملية جيدة، وأمانة أخلاقية وحفظ تام لأسرار الآخرين، وهذا هو سر النجاح للحصول على لقب (جراح التجميل).

# الليزر والجمال

## علاقة وثيقة

فلا بد أن يكون جراح التجميل هادئ الطباع والتفكير، أمين الخلق والدين، قادراً على التفريق بين الأمور المشابهة لدرجة الامتزاج، شديد الملاحظة، عالي الإحساس، له رؤية فنية وفلسفة خاصة، له شخصية ذات عبق خاص.... هذا هو جراح التجميل... إنه الطبيب الذي يفك رموز الوجوه، وينحت الأجسام لتعديل إطار لوحة فنية لإضافة شيء ما من البهاء.

كيف يفك الطبيب رموز الوجوه



## جراح التجميل حس فني.. وخبرة علمية.. وأمانة أخلاقية

### شد الوجه بالليزر بدون جراحة



### شد الوجه بالليزر بدون جراحة



### إذابة الدهون من الرقبة بالليزر



### الليزر الحديث.. التخلص من الدهون بلا جراحة



د. وائل سعد الدين  
استشاري جراحة التجميل

يطبق أساتذة وجراحو التجميل هذه المفاهيم للحفاظ على معايير حراحات التجميل المتفق عليها عالمياً بمفهوم (الحوذة والإتقان - Quality and Perfection) حيث إن الشخص الباحث عن جراحة التجميل هو في الأصل ليس مريضاً. لقد تطورت التقنيات المستخدمة في جراحات التجميل تطوراً كبيراً في السنوات العشر الأخيرة واتسعت لتقدم خدمات جراحية وغير جراحية مستخدمة أحدث ما توصل إليه العلم من أجهزة ومنتجات في مجال جراحة التجميل، ومنها على سبيل المثال لا الحصر استخدام الليزر لإذابة الدهون وشد جلد الوجه والرقبة ومنطقة تحت العينين بدون جراحة تحت مخدر موضعي، فلقد تطورت طرق التخلص من الدهون بدون جراحة في السنوات الأخيرة بشكل كبير، وتعددت الأجهزة الطبية المستخدمة، ومنها من لم يثبت كفاءة كالأجهزة التي ظهرت حديثاً، وكان لابد من وجود جهاز يقلل من عبء الجراحة على المريض، وكذلك الأعراض الجانبية للأجهزة القديمة، ويستخدم للتخلص من الدهون في أماكن الجسم الدقيقة وهو جهاز الليزر لشفط الدهون.

إن استخدام الليزر لإذابة الدهون يعد تقنية حديثة وحديثة لنحت الجسم والتخلص من الدهون بشكل آمن تماماً باستخدام أجهزة إذابة الدهون الحديثة التي تعمل بتردد موجي طويل يذيب الخلايا الدهنية، بل ويشد الجلد بكفاءة تامة، ويحمي باقي أنسجة الجسم من دون توليد حرارة عالية. تعتمد الأجهزة الحديثة على تقنية تدمير الخلايا الدهنية كلياً، وليس تقريغ الخلية من الدهون بتسخين الأنسجة كسابق أجهزة الليزر القديم المستخدمة في هذا المجال التي كانت تعرض الأنسجة لخطورة الحروق وتؤثر بالسلب في لون ومرونة الجلد.

تتم إذابة الدهون تحت مخدر موضعي في جلسات تستغرق بين ساعة إلى ثلاث ساعات حسب المساحة المراد إذابتها عن طريق ثقب صغير بدون فتح جراحى. ويمكن للجهاز إذابة الدهون من أي مكان بالجسم حتى من الوجه والرقبة وأيضاً من التعرجات الناتجة عن جلسات شفط أو إذابة للدهون بأجهزة أخرى حيث يقوم الجهاز بشد الجلد بشكل جيد جداً. يلاحظ المريض الفارق بين قبل الجلسة وبعدها مباشرة، لكن هذا ليس كل شئ فالنتيجة النهائية تبدأ في الظهور بعد حوالي شهرين، ويغادر المريض المركز فور انتهاء الجلسة ويمكنه العودة للعمل مساء نفس يوم جلسة إذابة الدهون أو اليوم التالي بدون ألم شديد أو تعطيل عن أداء المهام اليومية العادية أو وجود أعراض جانبية كثيرة كجراحات شفط الدهون، ويستمر تأثير الإذابة لأكثر من ستة أشهر يظهر خلالها جيداً تأثير الجهاز على نحت قوام جديد للجسم.



# مركز د . مساعد الزلال الطبي



جراحات التجميل

العلاج بالليزر

إزالة الشعر بالليزر

علاج الأمراض الجلدية





# التعرق

المزعج هل من علاج مريح

**التعرق** الزائد، أحد أهم المشكلات التي تعترض الإنسان، على الصعيدين النفسي، والاجتماعي، فالتعرق الزائد - في حد ذاته - مشكلة قد لا ترتبط بموسم دون آخر، وإن كان ظهورها يزداد في فصل الصيف، بسبب الحرارة المرتفعة، ولكنه لا يتوقف في فصل الشتاء مثلاً، فهي مشكلة مرضية في الأساس، ولها ما يناسبها من العلاجات المختلفة التي نحن بصدد الحديث عنها الآن..



د. وائل أبو دياب  
ماجستير الأمراض الجلدية

ومستقبلاتها، وذلك عن طريق منع الناقل العصبي الكيميائي (الأسيتيل كولين) من عبور المشبك العصبي، وقد تمت عام ٢٠٠٤ مصادقة إدارة الغذاء والدواء الأمريكية على استعمال البوتولونيوم توكسين في علاج فرط التعرق الأولي.

## احقن البوتوكس

## فعالية عالية في تخفيف

## وإزالة التعرق الموضعي

ويتم حقن كميات صغيرة من البوتولونيوم توكسين في المناطق المراد علاجها بعد إجراء اختبار اليود والنشا الذي يساعد على تحديد المناطق الأكثر إفرازاً للعرق.

يبدأ مفعول البوتولونيوم توكسين (بوتوكس) خلال الفترة

من ٤٨ إلى ٧٢ ساعة، ويتم التجاوب الكامل مع العلاج خلال أسبوعين، ويستمر تأثيره حتى ثمانية شهور، ولا توجد تأثيرات جانبية خطيرة في حال الاختيار المناسب للحالة، واستعمال المادة من شركة موثوقة، وإجراء الحقن عند طبيب ذي خبرة في هذا المجال.

وتجدر الإشارة إلى إنه قد لوحظ في بعض الدراسات أن الحقن المتكرر يؤدي إلى زيادة مدة الفعالية، كما يساعد على انخفاض في كمية العرق المفرز بعد إيقاف استخدام البوتوكس.

والياً يعد العلاج الأكثر أماناً وانتشاراً في علاج فرط التعرق الموضعي، أما الجراحة فمازالت

تستخدم في بعض الحالات الخاصة لاستجابات معينة.

من هنا يجب أن تكون البداية بإلقاء الضوء على التعرق وآلياته، حيث يعد التعرق من الآليات التنظيمية في جسم الإنسان التي تعمل على تنظيم حرارة الجسم في حالة التمرينات الرياضية، والمجهود الفيزيائي، أو ارتفاع درجة الحرارة في الجو المحيط، وهي ذات دور حيوي، حيث تعمل على طرح بعض المواد والشوارد المضرة من الجسم، ويتم ذلك عن طريق الغدد العرقية Sweat Glands التي تقسم بدورها إلى نوعين:

١- الغدد العرقية الناتحة (Eccrine Sweat Glands)

٢- الغدد العرقية المفترزة (Apocrine Sweat Glands)

ويتم إفراز العرق عن طريق الغدد العرقية الناتحة تحت تأثير الجملة العصبية الودية بواسطة ناقل كيميائي عصبي يسمى الأسيتيل كولين.

وغالباً ما يكون فرط التعرق في منطقة تحت الإبط والراحتين والإخصين، وهو ما يسمى فرط التعرق البدائي، كما يمكن أن يكون شاملاً كامل الجسم، وتعد الأسباب المؤدية إلى فرط التعرق الودي غير واضحة بشكل كامل، ولكن يلعب العامل الوراثي والعامل النفسي كالتوتر دوراً فيها، ويلجأ الكثير من الذين يعانون من التعرق الزائد إلى استخدام مضادات التعرق الموضعية ومزيلات الرائحة الموضعية للسيطرة على هذه الحالة ولكن نتائجها محدودة جداً.

وقد يلاحظ البعض زيادة في التعرق، خاصة في منطقة الإبط بعد استخدام ليزر إزالة الشعر، ولكن هذا التعرق ليس مرضياً، وإنما ينجم عن التماس المباشر للجلد الخالي من الشعر في هذه المنطقة، وعموماً فإن البوتوكس يعد حلاً مثالياً لمثل هذه الحالات.

وقد استخدمت طرق عديدة لمعالجة فرط التعرق كالتدخل الجراحي بقطع العصب الودي المسؤول عن المنطقة المصابة، وهو ما يستعمل في الحالات الشديدة، وكذلك استخدام (التيار الكهربائي).

وتعد حقن البوتوكس من الطرق الآمنة جداً، وذات فعالية عالية في تخفيض وإزالة التعرق الموضعي، وثورة في مجال العلاج المحافظ، والبوتولونيوم توكسين (بوتوكس) هو بروتين نقي تنتجه بكتيريا تسمى (كلاستريديوم بوتولونيوم) ويعمل عن طريق تثبيط وصول السيالة

العصبية إلى الغدد العرقية



رعاية متقدمة

Restylane Medical Co. Ltd.



حقن التعبئة Juvéderm®  
ULTRA

# استعادة الجمال بدون جراحة

للنضار من ضهور الطبة الانقبضة

للنضار من ضهور الخدود

لتكبير الشفاه

لكن التقدم بالعمر هو حالة مستمرة لا تتوقف، وكلما تقدم جسمنا بالعمر يتقدم  
جلدنا بالعمر أيضاً وتتغير ملامحه وتركيبته.

كلما تقدمنا بالعمر كلما قل محتوى الجلد من حمض الهيالورونيك الذي يلعب دوراً هاماً في  
الحفاظ على رطوبة الجلد الداخلية ويصبح الجلد أقل مرونة، وكذلك كلما تقدمنا بالعمر يقل  
عمل الغدد الدهنية ويقل افرازها من الدهون التي ترطب سطح الجلد وبالتالي يصبح الجلد  
أكثر جفافاً، أيضاً كلما تقدمنا بالعمر يفقد الجلد الوسادة الشحمية التي تحته ويصبح رقيقاً  
وأقل سماكة.



بالإضافة للتقدم بالعمر تلعب الهرمونات والتعرض للشمس والتدخين دوراً في ظهور التجاعيد والخطوط الناعمة ويصبح الجلد أكثر هشاشة. ويضاف إلى ذلك دور الجاذبية الأرضية التي تسحب الجلد للأسفل وتسبب ظهور الترهلات في الجلد. كل ذلك يؤدي إلى أن الجلد يفقد رونقه وبريقه.

حقن التعبئة هي مواد تحقن في طبقات الجلد وتحت الجلد في المناطق الضامرة من الجلد لملء المنطقة وإعطائها الحجم الطبيعي وقد أصبحت اهتمام كثير من الرجال والنساء.

#### - أنواع حقن التعبئة :

الأولى: حقن الدهون الذاتية وهو أحد الدهون من إحدى مناطق الجسم (كالطن أو الأرداف) وحقنها في منطقة أخرى كالوجه ومن مميزات أنها قليلة الآثار الجانبية ويمكن حقن كميات كبيرة منها حسب طلب المريض وستلزم أكثر الأحيان جلستين.

الثانية: تكون من مواد مصنعة بتركيبة كيميائية وهي تنقسم أيضاً لقسمين :

أ- مواد يذيبها الجسم وبالتالي تعتبر مؤقتة وتتطلب إعادة حقن بعد 6 شهور إلى سنة وأغلب الحقن المؤقتة مجازة من الدول الأمريكية والأوروبية والعربية وتخلو من مشاكل غالباً وأكثرها شيوعاً وأماناً ما يحتوي على حمض هالوروتيك ومنها الجوفيديرم.

ب- مواد لا يذيبها الجسم ولذلك تعتبر دائمة وكثير من الدول تجيزها وقد تؤدي لمشاكل وأعراض جانبية.

حقن التعبئة خطوة جادة لاستعادة جمالك لأن امتلاء الوجه والتناسق بين جهتيه وسلاسة انحناءاته من أهم أهداف التجميل فيما يختص بالوجه.

من بين الخيارات المتاحة لعلاج التجاعيد والخطوط الناعمة في الوجه حقن الاملاء التي تحتوي حمض الهيالورونيك فهي الخيار الأكثر انتشاراً وشعبية لمعالجة علامات التقدم بالعمر، وذلك بسبب فعاليتها في إعادة الرطوبة لنسيج الجلد، ولأنها تتم بسرعة وتظهر نتائجها بسرعة.

#### ضرورات استخدام حقن التعبئة :

تستخدم لاستعادة سماكة الجلد وزيادة

حجمه، خاصة في منطقة الوجنتين، وتستخدم أيضاً لمعالجة الخطوط الناعمة والتجاعيد ولتجميل الشفتين وذلك لتعويض :

1- نحافة الوجه وذلك بعد اتباع حمية غذائية شديدة أو عقب بعض الأمراض العامة.

2- تخفيف علامات التقدم بالعمر.

حيث تطراً العديد من التغيرات على الوجه الذي كان معتلاً وخالياً من التجاعيد في شبابه فتظهر خطوط عميقة حول الأنف والقم ونحافة في منطقة

### هي الخطوة الأولى لتكتشفي جمالك

الخددين وخطوط سملحية حول العينين، الذي يحدث في الهيالورنك بالإضافة إلى تناقص النسيج الشخصي، وهي كلها نسيج داعم للجلد فيحدث تهدل بالجلد ويظهر الوجه بشكل هزيل ونحيف.

3- تستخدم حقن التعبئة للأماكن المتضررة بالجسم عقب الحوادث أو بعض العمليات التجميلية

## لأنه كلما كان مظهرنا أكثر شباباً كان إحساسنا بذاتنا أفضل

4- كذلك لملء التحفريات الندبية بسبب حب الشباب مثلاً، ويستخدم الحقن للشباب والمتقدمين في العمر على حد سواء لتحسين محيط الوجه والشفتين والحصول على بشرة متناسقة وجذابة، ويتم ذلك في وقت قصير وبمواد آمنة إلى حد كبير وباستخدام المخدر الموضعي في غالب الأمر.

# الأتوبية

## الحساسية



**تعد** الحساسية الأتوبية من أكثر الأمراض ازعاجاً سواء بالنسبة للمرضى وكذلك لذويهم، وهو على الرغم من أنه مرض مزمن قد يصاحب الأطفال حتى البلوغ إلا أنه يتميز بنوبات من النشاط المرضي يتلوها فترات من السكون تختلف في مدتها من طفل إلى آخر ويعد المرض جزء من ثلاثية الحساسية الشهيرة مع حساسية الصدر والأنف. وينتشر المرض أكثر بين الأطفال، ولكن يمكن أن يصيب أي مجموعة من سائر الأعمال جميع الأعمار.

25-20 %

من البتتر يصابون بها



د. مصطفى متولي  
أخصائي الجلدية

وتتوفر محسسات الجهاز المناعي (Allergen) ببعض الأطعمة مثل الصويا، البيض، السمك، الحليب، وأخرى أو في الهواء مثل الفطريات واللقاح والنباتات وغير المنزل والعتة.

### دور الحاجز الدهني بالجلد

يلعب خلل الحاجز الدهني بالجلد الآن دوراً أساسياً في نشأة المرض، من المعارف عليه أن الطبقة الخارجية (القرنية) للجلد.

(stratum corneum) تتكون بالأساس من السيراميد ٢٧٪، الكوليسترول ٢٢٪، أحماض أمينية حرة ١٦٪ واسترات الكوليسترول ١٥٪.

هذه الطبقة الدهنية توفر المرونة للجلد وتمنع فقدان المياه منه وفي حالة الحساسية يوجد خلل في هذه المكونات حيث يقل السيراميد ويزداد الكوليسترول مما يؤدي لفقدان الوظيفة الحاجزة للجلد مما ينشأ عنه فقدان المياه وتعرضه للجفاف مما يسهل على محفزات الجهاز المناعي والبكتريا على اختراقه لطبقات أعمق مما يزيد من إمكانية حدوث وشدة الحساسية.

### التشخيص:

إن تشخيص المرض يعتمد على شكوى المريض من الحكة وظهور خشونة (lichenification) بالشايب الجلدية بالبالغين وإصابة الوجه والسطوح الباسطة بالنسبة للأطفال، كذلك حقيقة كونه مرض مزمن مع فترات من الشفاء والانتكاس المرضي، وأيضاً في حالة وجود التاريخ المرضي للعائلة حيث من الشائع أن يكون أحد أفراد العائلة مصاب بمرض من أمراض الحساسية التي أوردناها من قبل.

تنشأ من قصور  
جيني وراثي

كما توجد معايير أقل أهمية مثل جفاف الجلد، ارتفاع (I g E) بالدم والتهاب الشفافة.

كما أن الشكل الكلينيكي يتفاقم بالالتهاب البكتيري (staphylococcus) والالتهاب الفيروسي الهريس البسيط. ومن أهم ما يصاحب المرض من متلازمات أنه يؤدي إلى اضطرابات بالنوم وتؤثر بنسبة على طبيعة حياة المريض والأسرة المحيطة حيث تحد من مجهوده الجسماني والذهني وتؤثر على المزاج كما يؤثر أيضاً على أدائه الوظيفي.

### العلاج:

لا يمكن القضاء على الأكزيما ولكن تتنوع العلاجات المستخدمة للسيطرة عليها:

- ١- المرطبات: أصبحت المرطبات جزءاً أساسياً من نظام العلاج للمرض ويجب أن تستمر جزء من العلاج حتى بعد تحسن المريض وكذلك على المناطق غير المصابة.
- ٢- الستيرويدات: وتنقسم إلى عدة أنواع فمنها الخفيفة والمتوسطة والفعالة وهي تعمل بسرعة على تخفيف الأعراض كالاحمرار والحكاك المستمر ولكن لا ينصح باستعمالها بشكل



وتظهر الإحصاءات أن

حوالي ٢٠-٢٥٪ من البشر في العالم يصابون بهذا المرض ومن المتوقع أن يزداد هذا العدد بالسنوات القادمة نظراً لتغير نمط الحياة وتتوافق نسبة هذا المرض في المملكة العربية السعودية مع الدراسات العالمية مع ارتفاع النسبة بالطائف ونجران والجوف. وينشأ هذا المرض نتيجة قصور جيني وراثي إلى نمط مناعي غير طبيعي من ناحية بالإضافة إلى وجود خلل بالحاجز الجلدي (Skin barrier) بالشخص المعرض للإصابة بالمرض مما يؤدي إلى سرعة فقدان الماء عبر البشرة مما يؤدي إلى الجفاف المؤدي إلى بداية الحكة وما يتلوها من سلسلة التفاعلات المؤدية إلى نشاط المرض.

وتعد العوامل البيئية من أهم العوامل التي تثير بداية ظهور المرض فالتعرض للتلوث قد يؤدي إلى تكوين مسببات التحسس (Antigen) كذلك فإن ارتفاع مستوى المعيشة وصغر عدد العائلات يؤدي للتعرض إلى المزيد من مسببات التحسس أكثر حيث إنه نتيجة لنمط الحياة للأسرع وما يصاحبه من التعرض لمواد غذائية وملابس جديدة علينا كما أن السفر والهجرة يزيد من ظهور المرض حيث ترتفع نسبة ظهور المرض بين المهاجرين إلى بلدان العالم المتقدم عن من يماثلهم في بلد الهجرة.

وتبدأ خطوات التسلسل المناعي للمرض بالتعرض لبعض المهيجات الجسدية مثل الصابون والمطهرات، والكيماويات الكلورين والملابس الخشنة التي يتغير تأثيرها بعوامل أخرى خارجية مثل الحرارة والرطوبة.



## يؤدي المرض إلى اضطرابات بالنوم

متواصل أو لفترات طويلة وخاصة الأنواع الفعالة وذلك تجنباً للأعراض الجانبية مثل ترقق البشرة وبصفة عامة لا يجوز استخدام الستيرويدات دون استشارة طبية لتجنب الآثار الجانبية.

٣- مثبطات الكالسيوم الموضعية: تعمل هذه العلاجات على تثبيط نوع من الخلايا التي تلعب دوراً مهماً في حدوث المرض، وتعمل هذه العقاقير على تقليل عدد نوبات المرض بمرور الوقت وكذلك تخفف من حدتها وتثير بعض الدراسات إلى قدرة هذه المجموعة على منع نوبات المرض المستقبلية مما يساهم في السيطرة على المرض.

٤- علاجات أخرى: قد تستعمل بعض مضادات الهستامين لتخفيف الحكة ولكن ليس لها دور في تخفيف الاحمرار أو التورم.. ويفضل تناولها مساءً، وفي حالة وجود التهاب بكتيري فقد يتوجب على المريض استخدام مضاد حيوي مناسب.

### من أهم الأشياء للسيطرة على المرض:

- برنامج العناية بالجلد عن طريق التنظيف والترطيب وتشجيع المريض وتعريضه بالأنواع الملائمة له.
- تجنب محفزات المرض من مواد مثيرة للجلد من صابون ومطهرات ودرجات حرارة عالية والرطوبة.
- استعمال القفازات والمضادات لتجنب الحكة.
- الدعم والمساندة العاطفية ومعنوية للمريض وللأسرة للحصول على أفضل سيطرة على المرض.
- أنواع المرطبات (Emollients):  
بناء على طريقة عملها تصنف إلى:
- (occlusive) المرطبات المغلقة حيث أنها تكون طبقة من الدهون فوق سطح الجلد مما يمنع من فقدان المياه مثل الشمع والبتروليم وهي أكثرهم فعالية في الإقلال من فقدان المياه.
- (Emollient) مرطبات مثل الدهون والسيلكون ولها خاصية الإغلاق الجزئي.
- (Humectants) تساعد على جذب المياه والاحتفاظ بها بالطبقة القرنية للجلد مثل الجليسرين، السوربيتول، يوريا، حمض اللاكتيك.
- الخصائص الواجب توفرها في المرطب المثالي:
- منع فقدان المياه من طبقة الجلد.
- القدرة على أن يستعيد وظائف الحاجز الجلدي.
- ألا يسبب تهيج أو إثارة للجلد.

استعدي جمالك الطبيعي  
بدون جراحة مع «جوفديرم الترا»

Juvéderm® الآن مع  
ULTRA 

- جوفديرم الترا أحدث حقن التعبئة يمكنك التخلص من التجاعيد حول العينين والأنف والخدود ويمكنك أيضا ملء وتكبير الشفاه ورفع الحواجب..
- بدون جراحة وبطريقة سهلة وأمنة بدون أي أعراض جانبية أو ألم في دقائق معدودة.
- جوفديرم الترا طريقك إلى الجمال..
- اسأل طبيبك الجلدية أو التجميل عن جوفديرم الترا..

 ALLERGAN

الأمراض الجنسية

تصيب  
الرجال والنساء

على حد سواء





د. أحمد بن محمد العيسى  
استشاري أمراض طب  
وجراحة الجلد والعلاج بالليزر

**تعد** الأمراض المنتقلة عن طريق الجنس التي كان يطلق عليها الأمراض الزهرية بين أكثر الأمراض التي تنتقل بالعدوى شيوعاً في الولايات المتحدة الأمريكية - وستشهد دائماً بالولايات المتحدة لنقص المعلومات لدينا وتوفرها هناك.

وهناك أكثر من ٢٠ نوعاً منها تم اكتشافه حتى الآن، ومعرفة حقائق هذه الأمراض وعوارضها وطرق العدوى والانتشار وعلاجها هي الخطوة الأولى لمنعها، ومن المهم أن تعلم عزيزي المسافر خصوصاً خلال فصل السفر والإجازات خمس نقاط أساسية عن هذه الأمراض.

- تصيب الأمراض الجنسية الرجال والنساء على حد سواء وأكثر انتشارها يكون بين المراهقين والشباب وحوالي ثلثي هذه الأمراض موجود في الفئة العمرية تحت ٢٥ سنة.
- ارتفعت معدلات الإصابة بهذه الأمراض خلال العقود الماضية بسبب التحرر الجنسي والابتعاد عن التعاليم الدينية والأخلاقية.

## تنتقل من الأم إلى الطفل لدى الولادة وعلاجها سهل



- قد تكون الإصابة بالأمراض الجنسية بدون أعراض واضحة كما أن هذه الأعراض قد تختلط مع أعراض الأمراض أخرى غير جنسية إضافة إلى أن إمكانية العدوى قائمة في حالة غياب الأعراض.
- تميل المضاعفات الصحية الناتجة عن هذه الأمراض إلى الشدة والتكرار بشكل أكبر لدى النساء مقارنة بالرجال وذلك بسبب إمكانية انتشارها إلى الرحم وملحقاته مما يمكن أن يسبب العقم أو الحمل خارج الرحم لديهن.
- ويجب الإشارة إلى أن الأمراض الجنسية قد تنتقل من الأم إلى الطفل لدى الولادة وعلاجها سهل في العادة ولكن قد يؤثر بشدة على الطفل.
- يمكن معالجة العديد من الأمراض الجنسية بفعالية لدى اكتشافها مبكراً وهناك اعتقاد لدى بعض العلماء أن الإصابة بالأمراض الجنسية غير الكلاسيكية قد تزيد من فرص الشخص للإصابة بالإيدز والعياء بالله.
- وهكذا نرى أن تجنب هذه الأمراض هو مسؤولية شخصية ودينية وأخلاقية لتقليل انتشارها ومضاعفاتها بإذن الله.

## الأمراض المنتقلة عن طريق الجنس

ارتفعت الإصابة بها بسبب التحرر الجنسي والابتعاد عن التعاليم الدينية والأخلاقية

مادة طبيعية يفرزها  
الجسم لعلاج الألم

## الكورتيزون

### الرفيق الدائم لطبيب الجلدية

لا

يتم الحديث  
عن طبيب  
الجلدية إلا ويقترن  
الكلام باستخدامه  
للكورتيزون، فهو من  
أكثر الأطباء استخداماً  
له في معالجاته،  
والكورتيزون علاج  
يتم استخدامه بشكل  
واسع في الطب، خاصة  
في أمراض الجلد  
والحساسية، ونتيجة  
لشيوع استخدامه  
أصبح لدى الناس أفكار  
وانطباعات كثيرة عنه  
معظمها مشوشة، وغير  
دقيقة..

د. عبدالله صالح المسعود  
استشاري طب وجراحة الجلد  
والليزر

cortisone

هنش والدكتور كندل عام ١٩٤٩ ميلادي، وحصلاً بهذا  
الاكتشاف على جائزة نوبل للطب لعام ١٩٥٠ م.  
إن مادة الكورتيزون الطبيعية مادة هرمونية يتم  
إفرازها عن طريق الغدة الكظرية الواقعة فوق الكلية ويتم  
إفرازها يومياً وبكمية متفاوتة أثناء اليوم، حيث يصل إلى  
أعلى مستوى له في الصباح بينما يكون مستوى وجوده  
متدنياً أثناء الليل.

وأنا هنا في هذا المقال سوف أسلط الضوء على  
هذا الدواء الذي يسميه بعض الناس بالساحر لفعاليته  
وسرعته في معالجة الأمراض.

#### فما هو الكورتيزون؟

الكورتيزون هو مادة طبيعية يفرزها الجسم لمقاومة  
الألم والالتهابات داخل الجسم وقد اكتشفه الدكتور

أما في جانب الجلد فقد يسبب الكورتيزون استدارة الوجه، وتجمع الدهون بين الرقبة والأكتاف (حذبة) كما يؤدي إلى ترقق الجلد وظهور الشعيرات الدموية، ويغير البيئة البكتيرية على سطح الجلد، مما يؤدي إلى نمو جراثيم ضارة كالفطريات

### الكورتيزون والحمل والرضاعة

لا يوجد ما يشير إلى وجود خطر من نوع ما على الجنين جراء استخدام الكورتيزون أثناء الحمل أو في أوقات الرضاعة، ولذا من الممكن استخدام الكورتيزون أثناء الحمل أو الرضاعة في حالة الحاجة إليه ومن الأفضل أن يتم استخدام الأنواع الخفيفة منه ولفترات قصيرة ما مكن وفي حالة احتياج المرأة المرضع لاستخدام كريمات الكورتيزون الموضعية لمنطقة الصدر فيجب عليها عدم دهن صدرها بالكورتيزون قبل الرضاعة.

### ارتدادات أثناء العلاج

● إن استخدام كريمات وبخاخات ونقط وشامبوهات الكورتيزون آمنة نسبياً ولا يوجد ما يستدعي القلق من المداومة عليها خاصة إذا كانت فترة المعالجة قصيرة كما أن استخدام حبوب الكورتيزون لفترة أقل من أسبوعين يسمح بالتوقف عن العلاج مباشرة دون الحاجة إلى استخدام التوقف التدريجي وذلك لأن فترة الأسبوعين لا تسبب توقف الغدة الكظرية عن عملها.

إن مضار الكورتيزون تظهر عند سوء الاستعمال والاستعمال لمدة طويلة بدون رقابة ومتابعة الطبيب.

● تقل المناعة أثناء استخدام الكورتيزون لفتترات طويلة لذا يمنع الطفل أو البالغ من الاحتكاك بمصادر العدوى الجرثومية مثل المستشفيات أو الأماكن المزدحمة أو أن يتلقى تطعيمات تحتوي على كائنات حية مثل تطعيم شلل الأطفال عن طريق الفم، كما يمنع المريض من الاحتكاك بالمرضى المصابين بأمراض فيروسية معدية مثل جدري الماء أو الهريس أو مرض الحصبة لأن ذلك قد يؤدي إلى مضاعفات خطيرة.

● يجب على المريض إخبار طبيبه المعالج بالأدوية التي تتناولها والأمراض التي يعاني منها أو الأمراض السابقة، إذ لا يجب استخدام الكورتيزون إلا في الضرورة القصوى في الحالات التالية.

- القرحة الهضمية وعمليات الأمعاء

- النفاس الحاد والحمل

السكري وارتفاع الضغط وهشاشة العظام وداء كوشنج بعض الالتهابات البكتيرية والفيروسية مثل إلتان البول، الدرن، الحصبة، الهريس وغيرها.

● في حالة تناول أدوية الكورتيزون يجب أن تكون مع الطعام حتى يخف تأثيرها على جدار المعدة.

● راجع الطبيب إذا لاحظت تغيراً في النظر، أو زيادة في التبول أو زيادة في العطش، أو أصبت بالتهاب الحلق أو الحمى أو السعال أو العطش، كما يجب على مريض السكر والضغط أن يراجع الطبيب باستمرار لضبط مستوى السكر في الدم ومراقبة الضغط.

إن عقار الكورتيزون يعتبر هرموناً مقلداً للذي ينتجه جسم الإنسان وتوجد منه عدة أنواع تختلف في أسمائها وقوتها، ويمكن أن يعطي على شكل حبوب أو عن طريق حقن أو دهان أو كريم أو قطرات وحتى على شكل شامبو.

### استخداماته

إن الكورتيزون عقار ضروري ومهم لعلاج أمراض لا حصر لها وهو مفيد جداً ويكون منقذاً للحياة

في كثير من الحالات فهو يستخدم في الالتهابات بأنواعها الجلدية وغير الجلدية وكذلك أمراض الحساسية المختلفة سواء حساسية الجلد أو الصدر أو الأنف أو العين، كما يستخدم لمعالجة الأمراض ذاتية المناعة وفي حالات الفشل الكلوي سرطان الدم، وحالات نقل الأعضاء وله استخدامات متعددة أخرى.

### الأعراض الجانبية

لا يوجد دواء بدون أعراض جانبية قد تحدث، وفي حالة الكورتيزون فإن الأعراض تعتمد على طول فترة العلاج، ونوعية العلاج المستخدم وماذا كان موضعياً أو داخلياً، وأكثر ما تظهر تلك الأعراض عند استعمال أدوية الكورتيزون عن طريق الفم أو الحقن أو جرعات عالية مدة طويلة، لأن ذلك يؤدي إلى تعطيل الغدة الجار كلوية عن إفراز الكورتيزون الطبيعي، وقد تحتاج إلى أسابيع أو شهور حتى تعود إلى عملها الطبيعي في إفراز الكورتيزون.

إن هذه الأعراض الجانبية ليست بالضرورة أن تظهر جميعها على المريض، وعندما يكون المريض تحت المتابعة الطبية المناسبة من الطبيب المختص فإن احتمالية حصولها سوف تقل.

يمكن للعلاج أن يؤثر على مستوى السكر في الدم ويزيد في مستواه وقد يجعل التحكم بمرض السكري عند وجوده قبل استخدام العلاج من الصعوبة بمكان، لذلك يحتاج المريض والطبيب مراقبة مستوى السكر في الدم بشكل دوري، كما يمكن للعلاج أن يؤثر على الجهاز الهضمي وقد يسبب أعراض الحموضة، ولذلك فإن المريض الذي يشكو من الحموضة أو قرحة بالمعدة أو الإثنا عشر لابد من إخبار طبيبه كي يتعامل مع العلاج بحذر ويعطيه مضادات الحموضة المناسبة.

وعلى المدى الطويل في استخدام العلاج من الممكن أن يسبب الكورتيزون ارتفاعاً في ضغط الدم بسبب حجز عنصر الصوديوم داخل الجسم مما يؤدي إلى زيادة السوائل وتشنج الأوعية (الأديما) ويرتفع ضغط الدم فيزيد العبء على القلب، كما يطرد عنصر البوتاسيوم مع البول مما يؤدي إلى فشل عمل القلب، كما أنه من الممكن أن يسبب ضعفاً وهشاشة بالعظام ومن الممكن أيضاً أن يسبب الكورتيزون ارتفاع ضغط العين وكذلك تجمع الماء الأبيض في العين (الساد) أو الكتاراكت، وهو عتامة عدسة العين، وقد يسبب ذلك ضعف النظر لذلك يحتاج المريض مراجعة طبيب العيون بشكل دوري، وأيضاً من الممكن أن يسبب الكورتيزون اضطراب الدورة الشهرية، كما يسبب تقليل المناعة مما يؤدي إلى تأخر التئام الجروح والتجريح البكتيري والفيروسي والفطري وغير ذلك.

### يؤثر في الجهاز

### الهضمي وقد

### يسبب الحموضة

### عقار ضروري

### وههم لعلاج أمراض

### لا حصر لها

### يؤدي إلى نرقق

### الجلد وظهور

### الشعيرات الدهوية

بنترة براقطة مستدودة خالية من البقع والتجاعيد

## الجلد يتجدد بمعدل مرة كل 28 يوما

**تبحث** كل فتاة وسيدة عن الجمال، وما يزيده بريقاً غير مدركين أنه بداخلهن أولاً، ونحن هنا كي نبرزه ونشير إليه، والعوامل المساعدة للوصول إلى قمته، بكل سهولة ويسر.. إن إحساسك بالجمال يعطيك ثقة بالنفس، وهذا الإحساس هو حلم كل سيدة وفتاة ولتحقيقي هذا الحلم لا بد من معرفة سر الجاذبية والجمال ؟



د. أمير الفتوري

تقدم السن والحرارة المرتفعة والهواء الجاف والتعرض لأشعة الشمس وسوء التغذية، كلها عوامل تؤدي إلى تناقص الجلسرين وحمض الهيالورونيك من طبقات الجلد وبالتالي يصبح الجلد أكثر سماكة وجفافاً وبالتالي أقل نضارة وأكثر عرضه لحديث التجاعيد.

وهي مثل هذه الحالات لا بد من التدخل السريع لتعويض الجلد ما فقدته من جلسرين وحمض الهيالورونيك أسيد لإعادته لحالته الطبيعية التي خلقها الله سبحانه وتعالى عليه.

### الجمال يبدأ من هنا

وهنا يأتي دور أطباء التجميل في عمل تقييم لكل حالة على حدة وتحديد ما يحتاجه الجلد لإعادة نضارته وشده وإزالة البقع والتجاعيد، والشئ الوحيد الذي يتفق عليه جميع الأطباء هو تعويض الجلد ما فقدته من الجلسرين وحمض الهيالورونيك وأفضل وأسرع وسيلة لحل هذا النقص هو حقنهم في الجلد مباشرة وتوزيع هذا الحقن على أكبر مساحة يمكن تغطيتها مع مراعاة زيادة الكمية المحقونة في المناطق الأكثر جفافاً وتجعيدا.

### لتكوني أجمل عروس

بهذه الطريقة يتم إعادة فسيولوجية الجلد بأقصر الطرق وأسرع النتائج وخصوصاً في المناسبات الخاصة والزفاف وغيره، وكثيراً ما تحتاج المتيات والسيدات الى مثل هذه النتائج الملحوظة والسريعة في آن واحد.

### ابتكار سويسري على الطريقة الفرنسية (ميسوليس بلس)

تتوفر هذه التركيبة الفريدة (الجلسرين + حمض الهيالورونيك) في شكل محقن جاهز معد للحقن مباشرة في الجلد، وبذلك أنت تمتلكين الآن العصا السحرية لنضارة وحيوية جلدك، ويتبقى لك أن تستمتعي بحمالتك وثقتك بنفسك.

الاهتمام بالبشرة هو السر حتى يكون الجلد أكثر نضارة وإشراقاً. ومن المهم ان تدركي ان الجلد يتجدد بمعدل مرة كل 28 يوما، ويتم هذا التجديد بطريقة صحيحة لا بد ان تخصصي وقتاً للعناية ببشرتك وتجعليه جزءاً مهماً من أسلوب حياتك، ويتم ذلك على مرحلتين..

### أولاً: منزلياً

وذلك عن طريق التخلص من الجلد الميت والحرص على نظافة البشرة عن طريق المنظفات المناسبة لنوع البشرة، بالإضافة إلى الاسترخاء في ماء ساخن في البانيو لمدة 10 دقائق أو الوقوف تحت الدش لمدة 15 دقيقة والأفضل من الاثنين هو التعرض لحمام بخار إن وجد منزلياً.

### ثانياً: مهمة أطباء التجميل

لفهم هذا الجزء لا بد من معرفة ما أوجده الله سبحانه وتعالى بداخل الجلد ليحافظ على نضارته باستمرار:

### الجلسرين

يخرج من غدد موجودة في الطبقات السفلية من الجلد ويصعد خلال طبقات الجلد حتى يصل الى الطبقات السطحية ليقوم بعمل حاجز ضد فقدان الماء من الجلد كما انه مادة جاذبة للماء، وبالتالي يحافظ على رطوبة ونداوة الجلد، أيضا يقوم بمساعدة خلايا الجلد خلال مراحل نضوجها الأربع، حيث تبدأ الخلايا في حلقة لا نهائية من الانقسامات، مما يؤدي إلى دفع الخلايا إلى الأعلى لتصبح خلايا سطحية ناضجة تفرز مواد دهنية لمساعدة الجلد على تشكيل حاجز وقائي قبل موتها.

### حمض الهيالورونيك

هو حمض طبيعي أوجده الله سبحانه وتعالى في طبقات الجلد وينتقل عن طريقه الغذاء الى طبقات الجلد السطحية التي لا يصل اليها الغذاء عن طريق الدم، بالإضافة إلى وظائف أخرى عديدة.



Nappage  
Or  
Micropapular  
Injection  
technique

## MESOLIS +

Non cross linked HA + GLYCEROL  
Advanced mix with double effect  
(rejuvenation + rehydration)



befor



after



befor



after



بشرة الشباب في سن الستين

الوكيل الحصري :

مؤسسة البسمة الذهبية التجارية

fax :00966 1 2145277

E-MAIL : golden\_smile@gawab.com

# 30



ANTEIS  
Swiss Technology

anteis  
CHANGE STARTS HERE

# Sub-Q

## للحفاظ على جمال الوجه وإزالة التجاعيد الفاخرة والخفيفة

أكثر من عشر سنوات، كانت منتجات Restylane الأولى في عالم حقن التعبئة قد حققت نجاحا عالميا باهرا، عولج به أكثر من عشرة ملايين حالة، أثبت من خلالها أنها الأكثر جودة وأمانا.

**منذ**

وتتضمن عائلة الـ Restylane ستة منتجات للحفاظ على جمال الوجه، وهذه المنتجات الستة صنعت للتالي:

أ - تكبير الخدود والشفاه.

ب - للترطيب والنضارة.

ت - لعلاج التجاعيد الفاخرة والخفيفة.

ومن أبرز المنتجات التي صنعت لإعطاء حجم هو الـ Sub-Q الذي يستخدم في تكبير الخدود والذقن وعلاج اعوجاج الأنف. يعمل Sub-Q على زيادة حجم الأنسجة، ولذلك يستخدم في تحديد محيط الوجه، ونتائجه مميزة في الحالات التالية:

أ - علاج المرضى الذين يعانون عدم تساوي محيط الوجه.

ب - علاج مثالي لأصحاب الوجوه الصغيرة، تعطى لهم إحساسا بالامتلاء ووجه دائري جميل.

ت - تكبير الخدود والذقن.

### مميزات الـ Sub-Q

أ - نتائج ممتازة مع المريض والطبيب في حالات تكبير الخدود والذقن.

ب - نتائج فورية وتستمر لمدة عام ونصف العام.

ت - يتطلب الحقن من 30 إلى 40 دقيقة فقط، وهذا يدل على سهولة استخدامه.

### طريقة الحقن

أ - يحقن عميقا في طبقة الدهون في الجلد أو فوق العظام.

ب - عمل جلسة الـ ريتوش بعد جلسة الحقن من 4 إلى 6 أسابيع.

ت - للحقن يستخدم إما كانيولا أو ابرة.

• يفضل استخدام كانيولا قياس 19g - 16g، لأنها ليست حادة وتقلل من حدوث أي هالات زرقاء.

• أما بالنسبة للابرة لا بد ان تستخدم بحرص شديد ومعرفة الوجه تشريحا معرفة جيدة، يفضل ابرة قياس 21g.



علاج مثالي لأصحاب

الوجوه الصغيرة

يستخدم في تكبير

الخدود والذقن

وعلاج اعوجاج الأنف

To be used with  
cannula or needle



## Restylane SubQ™

For volumetric contouring of facial features



**Q-MED**  
Enabling Individual Beauty



**Tafarod**  
Medical Co. Ltd.

Tel. : +966 1 279 5161

Fax : +966 1 279 5150

[www.tafarod.net](http://www.tafarod.net)



الاستحمام بالماء الحار والملابس الصوفية

## مثيرات خارجية

تؤدي إلى تفاقم  
الأكزيما وانتكاستها

### أظهرت

دراسة حديثة أجريت في اليابان أن الحوامل اللاتي يتناولن اللحوم بكثرة تزداد فرص إصابة أطفالهن بحساسية الأطفال، فقد أجريت الدراسة على ٧٧١ امرأة حيث قمن بتعبئة استبيان بكمية ونوعية الطعام خلال الحمل، ووجد الباحثون أن هناك زيادة في الإصابة بالحساسية لدى الأطفال بسبب تناول أمهاتهم اللحوم خلال فترة الحمل بكثرة، وأوضح الباحثون أن سبب الإصابة ليست الدهون الموجودة في اللحوم ولكن بسبب مواد أخرى تؤثر في مناعة الطفل، كما وجد الباحثون أن الأطعمة الأخرى التي تحتوي على الدهون مثل البيض ومشتقات الحليب لا تزيد من الإصابة بحساسية الأطفال، كذلك أوضحت الدراسة أن تناول السمك خلال فترة الحمل لا يحمي من الإصابة بالحساسية وهذا يتعارض مع دراسة سابقة أثبتت أن تناول الأسماك خلال الحمل يحمي من الإصابة من حساسية الأطفال.

- ٣- التوتر.
- ٤- العرق.
- ٥- التغير السريع في درجات الحرارة.
- ٦- الرطوبة المنخفضة.
- ٧- الصابون والمنظفات.
- ٨- الملابس الصوفية أو ذات الالياف الصناعية.
- ٩- التعرض للغبار.

## الغذاء وأكزيما الاطفال :

تؤثر الأطعمة المثيرة للحساسية على حوالي ثلث الأطفال المصابين بالاكزيما ومنها البيض وحليب البقر وفول الصويا والقمح والفسطق والسمك. وتظهر ردة الفعل على شكل ارتكازيا حادة يصاحبها أحيانا انتفاخ في الوجه واللسان أو ألم في البطن يظهر مباشرة بعد تناول الطعام المثير.

يشك اهل المصاب غالبا بوجود أطعمة مثيرة للحساسية عند أبنائهم المصابين بأكزيما الاطفال لأنهم يلاحظون بأن الاكزيما تزداد سوءا عندما يقدم طعام جديد للطفل رغم أنه من الشائع جدا للاكزيما بأن تصبح أصعب ليتم التحكم بها عندما يقدم طعام جديد لكن من النادر جدا أن يكون هذا النوع من الطعام مثيرا فعليا وذلك لأن الاكزيما تعكس أية ضغوظات أو تحد جديد يتعرض له الجسم مثل أن يقوم الجهاز الهضمي بالتعود على هضم نوع جديد من الطعام ما يؤدي إلى ثوران مؤقت في الاكزيما وكما تحتاج الأمعاء وقتا للتعود على هضم أنواع جديدة من الطعام كذلك الجلد أيضا.

اكزيما الرضع تبدأ في الشهور الستة الاولى باحمرار وتقشر على الوجنتين والوجه

تميل عوارض الاكزيما للتحسن بعد شهر أو ما حوله من تناول الطعام الجديد وحيث إن الأطفال الصغار والرضع يميلون لتجربة أنواع جديدة من الطعام وبشكل مستمر فإن ثوران الاكزيما هذا يستمر لأشهر وكون أن تناول الطفل لأنواع عدة من الأطعمة يعد أمرا مفيدا لذا فإنه يجب تحمل فترة التحكم بالاكزيما خلال هذا الوقت وفكرة تحديد أطعمة معينة ومنع الطفل من تجربة أطعمة جديدة قد تضر بصحة الطفل أكثر من الاكزيما.

في حال كان هناك شك قوي بوجود حساسية من طعام معين قم بتقليل الأطعمة بطريقة تمكنك من معرفة نوع الطعام المسؤول وذلك بأن تبعد كل مرة عن نوع محدد من الأطعمة لفترة أسبوع وفي حال اختفت عوارض الاكزيما تناول الطعام ثانية وانتظر لترى إذا ظهرت الاكزيما ثانية ولا تعاود تناول الأطعمة التي تسبب ظهور الحساسية. تظهر الحساسية في الجسم مثل خلف الركب وأمام الاكواع.

## العلاج :

يعتمد العلاج على شقين رئيسيين:

١ برنامج العناية بالجلد:

تجنب البشرة الجافة التي قد تكون عاملا في المساعدة على منع حدوث انتكاسات مستقبلا.

وهذه بعض الخطوات التي قد تساعدك على التقليل من الجفاف ونصح بتطبيق البرنامج بشكل متواصل بغض النظر عن نشاط المشكلة حتى في حال اختفائها بالكامل:

أ - استعمال المرطبات الجلدية بشكل مستمر حيث يجب المحافظة دائما على الجلد رطبا. ويعتبر الفازلين من أفضل المرطبات.

ب - الاكثار من الاستحمام للشخص المصاب واستعمال المفاطس



فحساسية الاطفال عبارة عن مجموعة من الاعراض تصيب عدة أجهزة في الجسم كالجلد في صورة أكزيما والجهاز التنفسي في صورة ربو والاعشبية المخاطية في صورة حساسية الانف.

أسباب اكزيما الاطفال

السبب الفعلي للإصابة بأكزيما الأطفال غير معروف ولكن من المحتمل أن يكون نتيجة لعاملين هما:

١ العامل الوراثي حيث يكون هناك أقارب من الدرجة الاولى كالأبوين والأخوة مصابون بها أو بحساسية الانف والصدر.

٢ العامل المناعي فالجهاز المناعي للمصابين يتميز باستجابته المفرطة لكثير من الأشياء في البيئة المحيطة وهذا يؤدي إلى إنتاج أجسام مضادة من نوع IgE مسببا كثرة الاستجابة للمؤثرات البيئية.

تظهر أكزيما الاطفال في عدة صور حسب عمر المصاب:

١- اكزيما الرضع وتبدأ في الشهور الستة الاولى باحمرار وتقشر على الوجنتين والوجه وقد تنتقل الى مناطق أخرى ما حول الكوعين والركبتين ويمكن أن تنتشر في كل الجسم.

٢- اكزيما الاطفال وتبدأ بعد السنتين الاولى من العمر وتظهر الحساسية في ثنايا الجسم مثل خلف الركب وأمام الاكواع وقد تنتشر في جميع أنحاء الجسم.

٣- أكزيما البالغين وعادة ما يصاب البالغون بأكزيما عنيدة متمركزة في منطقة الايدي وجفني العينين وثنايا الجسم أو جميع هذه المناطق.

أكزيما متمركزة في منطقة اليدين

وهناك العديد من المثيرات الخارجية التي تؤدي الى تفاقم الحساسية وانتكاسها:

من أهمها:

١- الاستحمام بالماء الحار لفترات طويلة.

٢- البشرة الجافة.

وتجنب الدش وتجنب الماء الحار والافراط في استعمال الصابون مع استعمال الفازلين بعده مباشرة وعلى الجلد الرطب بدون تجفيف.

ج - التقليل من استعمال المنظفات حيث تؤدي الى إزالة طبقات الدهون وجفاف الجلد.

د - استعمال الملابس القطنية خاصة الملاصقة للجلد وتجنب الملابس الصوفية نهائيا.

هـ - المحافظة على درجة حرارة معتدلة للغرفة التي ينام فيها الطفل.

و - تقليل أظفار الطفل كي لا خدش الجلد ثم تحدث عدوى بكتيرية.

ي - ارتداء ملابس مناسبة في الطقس الحار او اثناء التمارين الرياضية لمنع العرق الغزير.

## من المؤثرات

## الصابون والمنظفات

### ٢ العلاج الحوائي :

ويستخدم وقت نشاط الحساسية ويتكون من:

أ- كريمات الكورتيزون الموضعية: وتستخدم على الأماكن المصابة فقط يوميا حتى تشفى المنطقة المصابة والعودة الى استخدامها اذا عادت المشكلة ويجب أن يكون استعمال هذه الكريمات تحت اشراف طبيب مختص.

ب- مضادات الهستامين بالفم: وينصح باستعمال الانواع المنعسة لتخفيف الحكة ومساعدة الطفل المصاب على النوم.

ج- هناك نوعية من الادوية تسمى مغيرات المناعة مثل تاكروليموس وبيمكروليموس تؤثر في جهاز المناعة وقد تساعد في تحقيق بشرة طبيعية وتقلل من الحساسية. هذه الادوية تصرف على شكل كريمات للأطفال فوق عمر السنتين وللبالغين وكنتيجة لتأثير هذه الادوية على جهاز المناعة عندما تستخدم لفترات طويلة من الزمن فقد اوصت المنظمة الامريكية للغذاء والدواء باستخدام (Elidel) و (Protopic) فقط عندما تفشل العلاجات الاخرى او اذا كان الشخص لا يحتمل الادوية الاخرى. ولعلاج الحالات المستعصية يستخدم العلاج الضوئي كاستعمال أشعة A أو الناروباند.

وفي حالات أخرى تستخدم الادوية المثبطة للمناعة عن طريق الفم يختارها الطبيب حسب ملاءمتها للمريض.

## الحوامل اللاني يتناولن

## اللحوم بكثرة تزداد فرص

## إصابة أطفالهن بحساسية الأطفال!!



NEXT

الفيتامينات

41

BEAUTY SKIN

من يحمي  
مجتمعنا من  
هذه الأخطار

48

cleft lip

شق الشفة الولادي

56

المركز 16  
1432 هـ

على المستهلك عدم الانسياق وراء  
الشركات التي تدعي أن منتجاتها  
تعطي نتائج خارقة وسريعة

## الفيتامينات

ومضادات الأكسدة  
تقلل من التجاعيد  
وتحسن مظهر  
البشرة



لا يوجد وصفة سحرية لتجعلك تبدو أصغر سناً. ولكن هناك طرائق يمكن أن تساعد البشرة لتبدو شابة ومن أهمها: حماية البشرة من الشمس، عدم تعريضها للأدخنة، وأخيراً اتباع نظام غذائي صحي.

**فيتامين C** يساعد البشرة على الحماية من أضرار التعرض للشمس

### الفيتامينات ومضادات الأكسدة للبشرة :

إضافة إلى تغير نمط الحياة هناك مجموعة متنوعة من الفيتامينات ومضادات الأكسدة التي تتكون من بعض الإنزيمات التي يصنعها الجسم وبعض العناصر الغذائية التي يتناولها الإنسان ضمن طعامه اليومي وتعمل مضادات الأكسدة على حماية الخلايا الحية من الأكسدة التي قد تؤدي إلى تدميرها محدثةً الالتهابات والسرطانات. التي يمكنها تحسين صحة ونوعية الجلد. تعمل بعض هذه الفيتامينات من الخارج بينما يعمل بعضها الآخر من الداخل إلى الخارج مستهدفةً الآثار الضارة للشمس والجذور الحرة التي ذكرناها سابقاً تحت سطح الجلد.

أثبتت البحوث أن بعض الفيتامينات والمواد المضادة للأكسدة يمكن أن تقلل من مظهر الخطوط الدقيقة والتجاعيد وتحسين مظهر البشرة إضافة إلى حمايتها من المزيد من أضرار أشعة الشمس. وفيما يلي بعض أنواع الفيتامينات والمضادات للأكسدة الأكثر فعالية للبشرة.

### فيتامين C و E والسيلينيوم :

وجدت بعض الدراسات أن فيتامين (C) و (E) وكذلك السيلينيوم يمكن أن يساعد البشرة على الحماية من أضرار التعرض للشمس وسرطان الجلد ويمكن أن يقوموا بعكس آثار تصبغات البشرة المرتبطة بالشيخوخة والتعرض للشمس وتقوم فكرة عمل هذه المضادات في المساعدة في الإسراع من خاصية الإصلاح الطبيعية التي يقوم بها الجلد بالإضافة إلى الاحالة دون التعرض المباشر لضرر آخر.

ورغم توفر هذه الفيتامينات في شكل كريمات خارجية إلا أنها لا تكون فعالة بالشكل المطلوب ويرجع ذلك بسبب قلة النسبة الموجودة من هذا الفيتامين في الكريم إضافة إلى فقدان هذه الكريمات فعاليتها عند التعرض للضوء والهواء.

لذا ينصح بأخذ كميات غذائية منها تحتوي على ١٠٠ إلى ٣٠٠ ملليغرام من فيتامين (سي) و ٤٠٠ وحدة دولية من فيتامين (إي) (في شكل ميد ألفا توكوفيرول)، و ١٠٠ إلى ٢٠٠ ميكروغرام من السيلينيوم (إل -سيلينيوم ميثيونين). للحصول على أكبر قدر من الفائدة. في حال استخدام الكريمات الموضعية للمواد المضادة للأكسدة فإن أقوى المنتجات قد تحتوي على نسبة لا تزيد على ١٥٪ إلى ٢٠٪ من فيتامين (سي) و ٢٪ إلى ٥٪ من فيتامين (إي).

وأخيراً ٠,٢٪ إلى ٠,٥٪ من السيلينيوم.

### الأنزيم المساعد Q10

هذا الأنزيم المساعد هو أحد مضادات الأكسدة الطبيعية في الجسم التي تساعد على نمو الخلايا وحمايتها من السرطان ويعتقد أن سبب انخفاض مستوى هذا الأنزيم عند التقدم بالسن مرتبط بعلامات الشيخوخة المصاحبة لهذه السن ووجدت الدراسات أن وضع هذا الأنزيم على الجلد يساعد على التقليل من ظهور التجاعيد حيث استخدمت هذه الدراسات نسبة لا تزيد عن ٣٪ من الأنزيم.

### حمض الريتينويك :

حمض الريتينويك هو شكل نشط من فيتامين (أ) في الجلد وهو المعيار الذهبي لمكافحة الشيخوخة والعناية بالبشرة فهو يعالج التجاعيد وتصبغات التقدم في العمر وخشونة الجلد الناتجة عن التعرض لأشعة الشمس.

وفي دراسة حديثة أجريت في كوريا ونشرت في مجلة العلوم الجلدية وجد الباحثون أن العلاج بـحمض الريتينويك يساعد على استعادة الألياف المرنة التي تحافظ على الجلد مشدوداً ويساعد كثيراً في تقليل التجاعيد.

## يؤثر

التقدم في العمر سلباً في الجلد تماماً كما يؤثر في باقي أجزاء الجسم فالتعرض للشمس على مدار سنوات طويلة يؤدي إلى إنتاج جزيئات غير مستقرة تدعى الجذور الحرة التي توجد عندما يُنتج الأكسجين أثناء عملية الأيض الخلوية (عملية بناء الخلايا)، وبدقة أكثر، فإن هذا الأكسجين الذي ينتج عن طريق التفاعلات في عملية الأيض الخلوية، يعمل على أخذ الإلكترونات من البروتينات ومن الحمض النووي ومن أغشية الخلايا، ما يؤدي إلى تلف الخلايا وقد تسبب في نهاية المطاف سرطان الجلد.



د. عبد العزيز بن ناصر السدحان  
استشاري طب وجراحة الجلد  
والليزر





وينتج حامض الريتونيك على شكل كريم موضعي يستخدم مرة يوميا، فهو يقوم بحماية البشرة من الأضرار الناتجة عن التعرض لأشعة الشمس لكنه من الواجب الحذر من وضعه بتركيز عالية أو في فترات متكررة حيث إن هذا قد يؤدي إلى مضاعفات أخرى مثل الاحمرار أو التقشير لذا ينصح باستخدامه في البداية بجرعات منخفضة ووضعه كل يومين مرة أو كل ثلاثة أيام مرة. الانزيم المساعد Q10 يساعد في التقليل من ظهور التجاعيد

### الفلافونويد (الشاي الأخضر والشوكولاته) :

الشاي الأخضر وحتى الشوكولاته قد يساعدان على تحسين مظهر البشرة وتشير البحوث أن مركبات الفلافونويد الموجودة في الشاي الأخضر قد تكون لها فعالية في الحماية من السرطانات والالتهابات. وقد وجدت دراسة ألمانية منشورة في الصحيفة العالمية للأغذية أن النساء اللاتي تناولن مشروب الشوكولاته الساخنة الغني بالنكهة لمدة ثلاثة أشهر كانت لديهن ليونة ونعومة في الجلد أكثر من أولئك اللاتي قمن بتناول نفس المشروب بتركيز نكهة أقل. وجدت دراسة أخرى نشرت في مجلة الأكاديمية الأمريكية للأمراض الجلدية أن المرأة التي تمت معالجة بشرتها بمستخلص الشاي الأخضر تكون بشرتها محمية أكثر ضد الآثار الناجمة عن التعرض لأشعة الشمس الضارة، ورغم أن النتائج تبدو واعدة حتى الآن إلا أن هناك حاجة إلى مزيد من الأبحاث لإثبات فعالية الفلافونويد والجرعات المناسبة له.

فيتامين (B):

فيتامينات (B) ضرورية لجميع خلايا الجسم بما في ذلك خلايا الجلد لذا من المهم الحصول على ما يكفي من الأطعمة الغنية بفيتامين ب، مثل الدجاج والبيض ومنتجات الحبوب المحصنة **فيتامين (B)** يمكن أن يؤدي إلى جفاف وحكة في الجلد. وقد أظهرت الأبحاث أن بعض هذه الفيتامينات مفيدة عندما تطبق على الجلد مباشرة.

على سبيل المثال أجريت دراسة على بعض الفئران (عديمة الشعر) حيث وضع لها مضادات للأكسدة مشتقة من فيتامين (B) ولوحظ أنها قامت بحمايتها من آثار أشعة الشمس

و عملت على تقليل ظهور التجاعيد.

هناك الكثير من الشركات التجارية التي تدعي أن منتجاتها تعطي نتائج خارقة وسريعة، لكن يجب عدم تصديق كل ما يُدعى. فزعم أن المنتجات الطبية



## نصائح جديّة

### نتيجة التعرض لأشعة الشمس

النظام الغذائي وسيلة مهمة وفعالة للعناية بالبشرة تغذية الجلد تشمل نظاما غذائيا منخفض الدهون المشبعة، وغني بالفواكه والخضروات، والتي ليس لها فقط دور في الحفاظ على الجسم سليما

وصحيا لكنها كذلك تحمي من الإصابة بالسرطان. يمكن تناول الدهون الصحية مثل الأحماض الأمينية أوميغا ٣ فهي تساعد الجسم في بناء حاجز دهني طبيعي يحافظ على الجلد رطبا وصحيا.

### وتوجد هذه الفيتامينات ومضادات الأكسدة في الأغذية التالية :

- السيلينيوم - الجوز، الديك الرومي، وسمك القد.
- فيتامين ب ٢ - الحليب ومنتجات الحبوب المخصبة والبيض.
- فيتامين ب ٦ - الدجاج والسمك والمكسرات.
- فيتامين ب ١٢ - المحار، الكبد، سمك السلمون المرقط، الحبوب.
- فيتامين C - الموالح والفلفل الأحمر، والقرنبيط.
- فيتامين E - زيت دوار الشمس والحبوب الكاملة والمكسرات
- أوميغا ٣ هي السلمون وغيرها من أسماك المياه الباردة وبذور الكتان ويمكن الحصول على فيتامين (د) الذي نحتاجه لحماية عظامنا من منتجات الألبان والمكملات الغذائية، وليس من قضاء معظم الوقت تحت أشعة الشمس للحصول عليه. كمية فيتامين (D) الموصى بها هي ٢٠٠ وحدة دولية يوميا من ١٩ حتى ٥٠ سنة، و٤٠٠ وحدة دولية - يوم من ٥١ حتى ٧٠، و٦٠٠ وحدة دولية يوميا بعد سن

ال ٧٠.

وأخيرا، التخلص من التدخين: فقد أثبتت الدراسات أنه يؤدي الى تلف في الجلد ليس فقط في المناطق المعرضة للشمس ولكن في بعض المناطق (مثل تحت البزاع) التي لا تتعرض لأشعة الشمس عادة.

التجميلية مجازة ومخترة طيباً من ناحية الأمان الا انه لا توجد اي ضمانات على فعاليتها وفوائدها غير مؤكد في الدراسات.

كذلك وعلى الرغم من احتواء هذه التراكيب على مواد مضادة للأكسدة وفيتامينات مفيدة مثل فيتامين (سي) و (إي) الا انه من الصعب تحديد كميتها الموجودة في الزجاجة فالفيتامينات والمواد المضادة للأكسدة هي حاجة ان تكون موجودة بتركيز عالية وبكميات كافية وفي صورة مستقرة لكي تكون فعالة.

كذلك يجب ألا تنسى أن ممارسة نمط حياة صحي هو أهم خطوة يمكن اتخاذها للمحافظة على شباب البشرة. فالبقاء بعيدا عن الشمس ووضع واقيات الشمس واسعة الطيف تقلل من ظهور الشيخوخة ويكون لها تأثيرات مضادة لسرطان الجلد. لذا يُنصح باستخدام واقي شمس بقوة لا تقل عن ٢٥% (أو أكثر في فصل الصيف) التي تحمي ضد كل من الأشعة البنفسجية (A) و (B) إضافة الى إعادة وضع الواقي كل ٩٠ دقيقة والبقاء في الظل في فترة ذروة الشمس وذلك من (١٠:٠٠ صباحا حتى ٤:٠٠ عصرا)، وتجنب جلسة التسمير وعند الخروج يُنصح بارتداء ملابس قطنية تغطي المناطق الأكثر تعرضا للشمس.

ومن ناحيه أخرى يعتبر



يتلقى ثلث كمية الدم الدائر  
في الجسم جميعاً

## الجلد الدرع الواقي

الجزء الأول

**هل** الجلد عضو من أعضاء الجسم البشري؟ قد لا يكون المرء معتاداً على أن ينظر إلى الجلد، وكأنه عضو. غير أن الجلد هو إحدى الوحدات المهمة في الجسم، ومع أن الجلد ليس في مثل سمك الأعضاء الهامة الأخرى، فإن جلد الإنسان البالغ المتوسط، يغطي ما مقداره أكثر من ٣٠٠٠ بوصة مربعة من المنطقة السطحية، ووزن الجلد يبلغ ستة باوندات (الباوند = ٤٥٣ غراماً). وهو من حيث وزنه يبلغ مثلي وزن الكبد أو الدماغ، والجلد يتلقى ثلث كمية الدم الدائر في الجسم جميعاً.



الدكتور عبدالله محمد العيسى  
استشاري أمراض طب وجراحة  
الجلد والعلاج بالليزر

عشر قدماً (القدم = ٣٠.٥ سنتيمتراً) من الأوعية الدموية التي تتسع أو تكثر عندما يكون الجسم في حاجة للتخلص من الحرارة. والأوعية الدموية أيضاً تتقبض أو تضيق عندما ينبغي للجسم أن يخفض مقدار فقده الحرارة عبر الجلد.

وعندما يصبح الهواء المحيط بالجسم دافئاً نسبياً، فإن الجلد يبرد بالرطوبة التي تفرزها الغدد العرقية. حيث يوجد على سطح الجسم حوالي مليوني غدة عرقية. وأكبر تركيز لهذه الغدد هو على راحتي اليدين وأخمص القدمين. ويجري التحكم بغدد التعرق من قبل منظم الحرارة في الدماغ. والرطوبة التي تفرزها غدد العرق تبرد الجسم بالتبخر.

إن للجلد عدداً من الوظائف الهامة، ومن هذه الوظائف حماية الجسم من غزو البكتيريا، وضد إصابة الأنسجة الأكثر حساسية داخل الجسم، ومن أشعة الشمس، وضد فقدان الرطوبة.

كما أن الجلد يعمل كجهاز للإحساس للجملة العصبية، وإذا استطعنا أن نرى ما مساحته بوصة مربعة واحدة من الجلد تحت المجهر، لوجدنا فيها ما طوله حوالي اثنين وسبعين قدماً من الأعصاب، ولاستطعنا أيضاً أن نعد مئات من مستقبلات الألم والبرد.

ثم إن الجلد يؤدي وظيفة أخرى ألا وهي تنظيم درجة الحرارة، فهذه البوصة المربعة من الجلد تحتوي أيضاً على ما يبلغ طوله حوالي خمسة



## جلد الإنسان البالغ يغطي أكثر من ٣... بوصة مربعة

وعندما يكبر الناس في السن يتم امتصاص النسيج الدهني مما يسبب تفضن طبقات الجلد الخارجية أو طياته، ومن ثم ظهور التجاعيد.

إن الأدمة وتدعى أحيانا «الجلد الصحيح» يختلف سمكها باختلاف أجزاء الجسم وهي تحتوي على الأوعية الدموية والأعصاب والمستقبلات العصبية وجريبات الشعر وغدد العرق والغدد الدهنية.

إن النتوءات على سطوح أطراف الأصابع توجد أشكالاً نسيجية بصمات. وهناك نتوءات مماثلة لها على أخمص القدمين. ولما كان من غير المحتمل أن تشابه بصمات أصابع شخصين من الناس تشابه تاماً، فإن بصمات الأصابع تستخدم للتعرف على المشبوهين، كما تستخدم في المستشفيات للتعرف إلى الرضع، ونسبة تشابه بصمات الأصابع عند شخصين تساوي ٢٤ في الألف مليون.

أما الطبقة العليا للبشرة فهي مؤلفة من هشور ليست في الحقيقة إلا خلايا جلدية ميتة. وهي تتقشر تدريجياً أو تتسلخ لدى رطوبتها. وهذه الطبقة العليا أو القرنية يتم الاستعاضة عنها باستمرار وتدفع إلى أعلى لدى تشكل خلايا جديدة في البشرة التي تليها. ولدى صعود خلايا الجلد نحو السطح تصلب المادة الحية الأساسية (البروتوبلازما protoplasm).

وسنكمل معكم في العدد القادم بإذن الله التحدث عن الجلد: ذلك الدرّع الواقي.

ومن وظائف الجلد التي يلجأ إليها الأطباء أحياناً قدرته على امتصاص أدوية معينة، إن وضع شيء من المواد الكيميائية على الجلد، تمكن ملاحظة وجوده في اللعاب بعد ذلك بعشرين دقيقة، وهذه المواد الكيميائية تدخل إلى الجسم عبر الجريبات أو الحفر التي ينمو فيها الشعر.

إن سطح الجلد قد يبدو أملس لعين الناظر، ولكن إذا ما فحص الإنسان الجلد تحت عدسة مكبرة، فإنه يحصي مرتفعات ومنخفضات كالأودية لا حصر لها، كما أن الإنسان يستطيع أن يرى أشكالاً مختلفة للنسيج الجلدي على اليد ومؤخرة الرأس.

إن الجلد بشكل عام ناعم الملمس ومرن، وهو عند الصغار أكثر مرونة منه عند الكبار، ويختلف سمكه بين ١ على ٥٠ من البوصة على الجفنين إلى ١ على ٣ من البوصة على الراحتين وأخمص القدمين.

### يتكون الجلد من ثلاث طبقات:

وهناك ثلاث طبقات من النسيج هي التي يتشكل منها الجلد وهي البشرة (Epidermis) والأدمة (Dermis) وتحت الجلدي (Subcutaneous). والطبقة تحت الجلدية تحتوي على كثير من الفصوص الصغيرة الدهنية والأوعية الدموية والأعصاب، وهي تربط طبقة الأدمة أو الطبقة الوسطى من هذه الطبقات الثلاث، بالنسيج الذي يغطي العضلات والعظام.



تقنيات الإذابة بواسطة الموجات  
الصوتية تشفط الدهون بنجاح وأمان

## تتحوم الوجه والرقبة..



د. حسن علي  
استشاري جراحة التجميل

**إن** تراكم الدهون في منطقتي الوجه والرقبة قد يكون في معظم الأحيان بسبب التكوين الجيني أو الوراثي لهذا الشخص ومن الصعب التخلص من الدهون المتكونة في تلك المناطق بل من المستحيل التخلص منها عن طريق التمارين الرياضية، أو اتباع نظام غذائي.

ومن الجدير ذكره أن لهذه التقنية نتيجة ملحوظة من ناحية سلاسة الملمس وذلك لأنها تستهدف الخلايا الدهنية فقط بعكس التقنيات السابقة.

يتم حالياً تنفيذ إجراء شفط الدهون من الوجه والرقبة باستخدام التقنيات القائمة على الإذابة بواسطة الموجات الصوتية بنجاح وأمان تام ويمكن إجراؤها تحت تخدير موضعي

### الأنبوب المستخدم في عملية الشفط

ويندرج هذا الإجراء تحت اسم عمليات اليوم الواحد حيث لا يتوجب على المريض قضاء أكثر من ٢٤ ساعة في المستشفى كحد أقصى.

يمكن الآن التخلص من هذه الدهون المزعجة بشكل دائم ونهائي وذلك عن طريق استخدام إحدى التقنيات الجديدة التي تعتمد على الشفط باستخدام الموجات الصوتية. وقد حققت هذه التقنيات نجاحاً مبهراً في إمكانية صقل الجسم ونحته ويستخدم عادة في هذه التقنية (كانيولا) وهي أنبوبة متخصصة تقوم بتمرير الموجات الصوتية إلى أنسجة المريض المرغوب العمل عليها لإذابة الدهون المرعوب التخلص منها قبل الإزالة ولأن هذه الموجات الصوتية تستهدف الدهون فقط فلا تتأثر الأنسجة المصاحبة (الأوردة، الشرايين، الأعصاب، الألياف الكولاجين) ما يعني تقليل نسبة الألم، التورم، الكدمات، بالإضافة إلى تقليل وقت النقاهة للمريض.

من الموجات الصوتية المنخفضة الطاقة تتراوح سعتها بين ٢٠% و ٤٠% كحد أقصى. وتعتبر هذه المرحلة مهمة لأنها تقوم بإذابة الدهون من جميع المناطق التي يصعب التخلص منها بالإضافة الى خاصية شد الجلد التي تكون ممكنة في هذه التقنيات التي تستخدم الجيل الثالث من الموجات فوق الصوتية.

### مرحلة الشفط :

مرحلة الشفط هي المرحلة الأخيرة من الإجراء وهي ذات أهمية كبيرة حيث يتم الشفط بأنبوبة قطرها يبدأ من ٢,٤ ملم ذات منفذ لطيف لشفط الدهون التي تمت إذابتها فقط بالإضافة الى السوائل المضافة سابقا.

وبالنسبة لمنطقة الوجه والرقبة يمكن شفط كمية تتراوح ما بين ٥٠ الى ٢٠٠ وحدة حسب كل مما يلي: كمية السوائل التي تم حقنها في المرحلة الاولى، وزن وحجم المريض، وأخيرا المنطقة المراد علاجها، ومن الواجب ان يترك الطبيب كمية بسيطة جداً من السوائل والدهون الذائبة ولا يقوم بسحب جميع الكمية وذلك لإعطاء مظهر سلس ومتناسق ولتجنب ظهور اي من التمرجات غير المتناسقة. ينصح باستخدام المشدات الضاغطة بعد العملية.

### مرحلة العناية ما بعد العملية :

ينصح باستخدام المشدات الضاغطة بعد العملية لمدة اسبوع. والهدف من هذه المشدات هو تطبيق ضغط لطيف متواصل ومتساو للمناطق التي تم فيها الشفط وذلك لمساعدة المنطقة على الاستقرار في الوضع السليم ولتجنب تكون اي تموجات او تعرجات ما بعد الإجراء. عادة ما تختلف من مريض الى آخر المدة التي ينصح الطبيب بارتداء المشد فقد تزيد او تقل عن اسبوع حسب الحاجة لها وعموما يجب ارتداؤها في اول ٢ الى ٤ ايام ما بعد العملية ثم يمكن ارتداؤها في وقت النوم فقط لمدة اسبوع الى اسبوعين.

أنبوبة متخصصة تقوم بتمرير الموجات الصوتية إلى أنسجة المريض

يجب على المريض مراجعة الطبيب بعد يوم من الاجراء ثم بعد ٣ ايام، يتلوا مراجعات متتابعة على فترات أطول، اسبوع، ٦ اسابيع، ٦ أشهر، وهكذا حسب الحاجة الى ذلك.

استخدام اجهزة المساج الخفيفة أو أجهزة الموجات الصوتية الخارجية قد تكون مساعدة للمريض بعد العملية من ناحية تخفيف الورم ومساعدة المنطقة على الاستقرار في وقت اسرع. اما بالنسبة إلى آلام ما بعد العملية فتكون عادة محتملة وبسيطة كذلك بالنسبة للكدمات والتورمات المصاحبة للعملية.

يمكن ملاحظة النتائج مباشرة بعد العملية ولكن النتيجة النهائية تكون بعد ثلاثة أشهر. خلال هذه الفترة يمكن ملاحظة تحسن النتيجة يوما بعد يوم.

يمكن للمريض العودة الى العمل ومباشرة حياته الطبيعية بعد اسبوع كحد أقصى.

أخيرا يعتبر هذا الاجراء آمنا جدا ويمكنه تحقيق نتائج ناجحة ومرضية.

وحيثما تُطبق هذه العملية بشكل صحيح فإنها تكون آمنة جدا ونتائجها مضمونة.

أما بالنسبة لفترة الاقامة فتكون قصيرة، فمن الممكن ان يعود المريض الى عمله مباشرة بعد ٢ الى ٤ ايام من تاريخ الإجراء. وقد قللت هذه العملية التي تعتبر من العمليات (ذات الجرح الصغير) من الاضطرار الى اللجوء للقيام بجراحات شد الوجه والرقبة التجميلية التي لها مخاطر كثيرة واختلاطات قد يكون المريض في غنى عنها عن طريق الخضوع لإجراء أقل تعقيدا وأكثر اماناً.

وتستخدم هذه التقنية للوجه والرقبة في الحالات التالية: ترهل الوجه والرقبة ومنطقة الذقن، تضخم الخدين بسبب الدهون غير المرغوب فيها، تراخي منطقة الرقبة بسبب السمنة المفرطة.

تبدأ استعدادات ما قبل العملية بإجراء التخطيط مع مناقشة المريض لمعرفة الكمية المرغوب إزالتها ولتحديد جميع المناطق الممكن معالجتها.



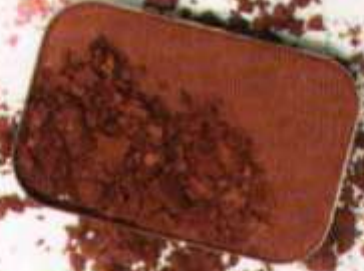
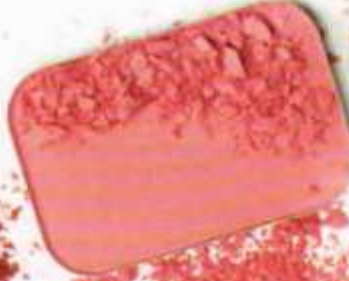
عادة ما تكون الفتحات الجراحية تحت الذقن وأمام أو خلف الأذنين، ويمكن كذلك عملها في اسفل الرقبة من الناحيتين.

### مرحلة الحقن :

تبدأ عملية صقل الوجه والرقبة بحقن كمية معينة من السوائل التي تحتوي على ماء ملحي، سائل تخدير موضعي، بالإضافة الى الإدرينالين الذي يساعد على تخدير المنطقة ويسهل من عمل الانبوبة التي تقوم بإصدار الموجات الصوتية. (تتطلب مرحلة الحقن هذه استخدام انبوبة دقيقة القطر).

### قبل عملية الشفط : مرحلة الأدابة :

بعد الانتهاء من حقن السوائل في المناطق المرغوب العمل بها تأتي المرحلة الثانية لصقل الوجه والرقبة وهي مرحلة إذابة الدهون، تستخدم في هذه المرحلة اسوية صغيرة القطر (٢,٢ ملم) تبعث سيلات



مخاطرها في وجود بعض المواد السامة وبعض المعادن الثقيلة

## من يحمي مجتمعنا من هذه الأخطار

**تعد** ظاهرة انتشار المستحضرات والخلطات مجهولة التركيب أمراً مقلقاً للمختصين، وتكثر هذه الخلطات لدى العطارين أو بائعات الافتراش العشوائى بالأسواق، فيما يعرف بالبسطات، ويدعي هؤلاء أنها تعالج العديد من الأمراض بداية من السرطان والضغط والسكري إلى تحسين القوام وتنشيط البشرة، وهي تحتوي على مكونات عديدة قد تحتوي أدوية لكنها مطحونة ولا يذكر للمشتري أن بها الدواء الفلاني، وتكمن مخاطرها في وجود بعض المواد السامة وبعض المعادن الثقيلة، وهذه قد تؤدي إلى فشل كلوي أو آثار سامة على الكبد وقد تؤثر حتى على الجهاز العصبي وأشهر مثال على ذلك هي مادتي الرصاص والزنك.



د. خالد بن محمد الغامدي  
استشاري الأمراض الجلدية  
وجراحة الجلد بالليزر

وقد يلاحظ بعض المرضى تحسناً سريعاً وملفتاً في حالته المرضية بعد استخدام بعض هذه الخلطات، والسبب يعود في الحقيقة إلى وجود أدوية تشتري من الصيدليات، ثم تطحن وتضاف بكميات كبيرة إلى هذه الخلطات، فمثلاً قد تضاف الأدوية الخافضة للسكر إلى خلطة لعلاج السكر، ومن ثم يدهش المريض لانخفاض السكر الملحوظ وهو لا يعلم بوجود ذلك الدواء ضمن الخلطة وحيث لا يمكن معرفة الجرعة على وجه التحديد في هذه المركبات فإنها قد تؤدي إلى نتائج مضره حيث إن أخذ الدواء بهذه الطريقة يحتمل أن يكون بجرعات عالية جداً فيؤدي إلى هبوط حاد في السكر وعيوبة والمثال الآخر هو إضافة دواء الكورتيزون بعد طحسه إلى خلطات تسوق لعلاج أمراض روماتيزم المفاصل وبدون شك سيشعر المريض بتحسن كبير وسريع خصوصاً فيما يخص الأم المفاصل وتيبسها بينما لا يعلم المريض بوجود ذلك الدواء ضمن الخلطة، والخطر في الأمر هو أن إعطاء دواء الكورتيزون عن طريق الفم بدون إشراف طبي وجرعات عالية ولفترات طويلة كما يحصل عند من يسر بنتائج هذه الخلطات فيستمر عليها لفترات طويلة هو حصول مضاعفات كثيرة منها على سبيل المثال مرض السكر وارتفاع الضغط وهشاشة العظام الخ.....

والمثال الأكثر شيوعاً خصوصاً بين النساء هو خلطات تفتيح البشرة مجهولة المحتوى وهذه الخلطات تضاف إليها مواد تعطي تفتيحاً سريعاً ومدهشاً وقد تكون مواد سامه مثل الزئبق، وهذا قد يؤدي إلى فشل كلوي. وكذلك قد تضاف مواد علاجية تؤخذ من الصيدليات لكن بجرعات وتراكيز عالية مثل التراكير العالية من مادة الهيدروكوينيون والتي قد تؤدي مع طول الاستخدام إلى نتائج عكسية فقد تؤدي إلى سواد البشرة وليس تفتيحها. ولأن هذه المركبات سريعة المفعول ونتائجها سريعة فهي تباع بأسعار باهظة، كما ظهر مؤخراً في الأسواق خلطات غسل تضاف عليه مواد مجهولة وذلك لتكبير أو تصغير أجزاء معينة في الجسم وهذا هراء فلا يوجد أي دليل علمي على إمكانية تكبير أو تصغير حجم أي جزء من الجسم عن طريق مستحضرات موضعية أو حتى عن طريق الفم. والمؤلم في الأمر الانتشار المذهل لهذه الظاهرة لدى العطارين وفي الأسواق والمجمعات النسائية وحتى المدارس.

ومما يدعو للأسى وجود هذه المخاطر على صحة المجتمع بينما لا توجد مكافحة ومحاربة لهذه الظاهرة بالشكل المطلوب. وفي وجهة نظري أن المسؤولية تقع على عدة أطراف أولها وسائل الإعلام والمدارس لتوعية الناس بمخاطر هذه الظاهرة، كذلك وزارة الصحة ووزارة التجارة والبلديات. ومن الخطير السماح لمروجي هذه المركبات سواء كانوا عطارين أو غيرهم بعمل دعايات لهم في الصحف اليومية أو المجلات فمن الملاحظ كثرة هذه الإعلانات في صحف الإعلانات الأسبوعية وغيرها فيجب على وزارة الإعلام وضع حد لهذه التجاوزات الخطيرة وبشكل عاجل.

## الأكثر انتشاراً خلطات تكبير وتصغير أجزاء معينة في الجسم

وأهم هذه الجهات على الإطلاق هو المستهلك نفسه فإذا أعرض عن شراء وترويج هذه المركبات المجهولة قلن يزدهر سوقها بل إذا قام بالتواصل مع الجهات المسؤولة بالتبليغ عن الأطراف المتورطة في هذه الممارسات الخطيرة فسيتهم القضاء على هذه الظاهرة. وكما أتمنى على كل مواطن يقي مخاطر هذه المركبات توعية بقية أفراد المجتمع من المحيطين به ونسأل الله أن يقي مجتمعنا من كل مكروه.

كريمات التفتيح قد

تسبب في سواد البشرة

يخطئون الخلطات ببعض الأدوية ليحدث التأثير العلاجي



إعني مشترك



تجميل الأنف من أكثر الجراحات التي  
تتطلب مهارة فائقة وتقنية حديثة  
وإماماً علمياً كبيراً

# 80% من الأشخاص يعانون انحراف الوتيرة الأنفية

**يعتبر** الحفاظ  
على رونق  
الشباب وجمال الوجه هو أحد  
الضروريات... بل أصبح هاجساً  
لل سيدات والرجال على حد سواء...  
كما أن الثقافة الجمالية هي إحدى  
أساسيات الحياة العصرية.  
وأصبح اجراء عمليات تعديل  
الأنف مطلباً ضرورياً.. للتمكن من  
الحياة بقدرة على التنفس أفضل  
والاندماج بالمجتمع والتفاعل مع  
الأخرين بشكل طبيعي.

## خبرات جراحية خاصة

وتعد جراحة تجميل الأنف من أكثر الجراحات التي تتطلب خبرات جراحية خاصة، حيث إنها تتطلب  
مهارة فائقة وتقنية حديثة وإماماً علمياً كبيراً. كما أن هذه العملية تتطلب فحصاً دقيقاً لتحديد شكل الأنف  
ونوعية البشرة وعلاقتها بملامح الوجه.

ولا يخفى على أحد أن عملية تجميل الأنف عملية خارجية لكنها تتم بتقنية متقدمة من داخل الأنف  
من دون أي جرح أو خياطة خارجية، حيث يقوم الجراح المتخصص بتشكيل الأنف وتعديله بشكل منسق من  
الداخل لإعطائه شكلاً خارجياً مرضياً ومقبولاً.

## انحراف الوتيرة الأنفية

### انحراف الوتيرة الأنفية عند 80% من الأشخاص

يشكو كثير من الأشخاص من انحراف الوتيرة الأنفية ومشاكلها حيث أن 80% من الناس لديهم هذا  
الانحراف، والحاجز الأنفي عبارة عن جدار يفصل الأنف إلى فتحتين متساويتين تقريبا، يتكون من جزء  
غضروفي أمامي وجزء عظمي خلفي وهو مبطن بغشاء رقيق، يكون منذ الولادة الحاجز الأنفي في المنتصف  
خلال فترة الطفولة لكنه ينحرف مع النمو إلى إحدى الجهتين من دون سبب واضح، في فترة المراهقة فإن  
التعرض إلى ضربات على الأنف مسببة انحراف الحاجز يعتبر من أهم الأسباب، عند انحراف الحاجز إلى  
إحدى الجهتين فإنه يسبب إغلاقاً لمجرى التنفس في تلك الجهة.

د. فيصل المسطلح

استشاري الأنف والأذن والحنجرة



### تحسين مظهر الوجه

وتعد عمليات تجميل الأنف من أهم عمليات التجميل حيث تغير شكل الوجه وتحسن الحالة النفسية لدى المريض وتزيد من ثقته بنفسه. وهي متنوعة فمنها ما يهدف إلى تعديل الشكل بوجه عام وإضفاء الجمال والتناسق على الوجه، أو التخلص من البروز، أو اعوجاج الأنف، أو تصغيره، وكثيراً ما يعمل الجراح على تعديل أجزاء داخلية من العظام لتحسين الشكل الخارجي.

### الاعوجاج ينتسب في تشويه المظهر الخارجي

واعوجاج الحاجز الأنفي يسبب العديد من المضاعفات بسبب انسداد مجرى التنفس وعدم دخول الهواء وترطيب الأغشية الأنفية مثل صداع مزمن وانسداد مزمن في الأنف، الشخير وكذلك قد يؤدي إلى التهاب مزمن في الجيوب الأنفية والتهابات متكررة في الأذن الوسطى بسبب إغلاق قناة استاكيوس التي تصل بين الأذن والأنف، كما يؤدي إلى الإصابة بالتهابات الحلق المتكررة تشوه منظر الأنف الخارجي وانحرافه باتجاه انحراف الحاجز: القاعدة تقول "أينما يتجه الحاجز الأنفي فيتجه المظهر الخارجي للأنف ولا يصلح المظهر الخارجي إلا بعد تعديل الحاجز".

### الجراحة الحل الوحيد لانحراف الحاجز الأنفي التنظير الأنفي للكشف على الجيوب الأنفية

يتم تقويم وضع الأنف لدى استشاري الأنف والأذن والحنجرة في العيادة. ويفضل إجراء التنظير الأنفي للكشف عن الجيوب الأنفية والجزء الخلفي من الأنف بالإضافة إلى البلعوم الأنفي. الهدف من التنظير هو الكشف عما إذا كان هنالك مضاعفات لانحراف الحاجز أم لا.

### الجراحة الحل الوحيد

ويعد العلاج الوحيد لانحراف الحاجز الأنفي هو العملية ولكن لا يحتاج كل إنسان لديه انحراف الخضوع للجراحة لتعديل الانحراف حيث أن أغلب البشر لديهم هذا الانحراف.

ويتم تعديل الحاجز الأنفي في الحالات التالية: صعوبة التنفس أو انسداد الأنف بسبب انحراف الحاجز، تشوه منظر الأنف وانحرافه الخارجي بسبب الحاجز، حدوث مضاعفات بسبب الانحراف كالتهاب الجيوب الأنفية والصداع المزمن والشخير والنزيف الأنفي والتهاب الأذن المتكرر وغيرها.

### نسب نجاح عالية جداً

يتم تعديل الحاجز الأنفي بعملية من داخل الأنف ويمكن أن تجرى

تحت التخدير الموضعي أو التخدير العام. حيث يتم وضع حشوة أنفية صغيرة في الأنف وتتم إزالتها خلال ٢٤ ساعة ويفادر المريض ويستطيع العودة إلى عمله خلال يومين. نسبة نجاح العملية عالية جداً وتعطي شعوراً لدى المريض بفرق كبير في التنفس مقارنة بقبل العملية.

### قبل وبعد عملية تجميل الأنف نتائج متميزة

وعمليات تجميل الأنف في الغالب لا تستغرق وقتاً طويلاً، كما أنها تجرى تحت التخدير الكلي، وتعتمد على حالة المريض والمشكلة التي يعاني منها ويعود لمنزله خلال ٢٤ ساعة وتكون الجروح الناتجة عن العملية داخلية وغير ظاهرة، بعدها يشعر بعض المرضى ببعض الانتفاخات البسيطة في منطقة الأنف وتزول خلال أيام، وأهم ما يميز هذه العملية أن نتائجها دائمة ومتميزة وفي الحالات شديدة الإصابة تحتاج إلى إعادة فيما بين ٧ إلى ١٥٪ من الحالات.

### جمال في المظهر وقدرة على التنفس بشكل أفضل

وأما في الحالات الأكثر تعقيداً عبر الشريط الجلدي الذي يفصل بين فتحتي الأنف فإنه يعاد جذب الجلد فوق العظم والفضروف المعاد تشكيله ثم يغلّق الجرح، وللمساعدة في احتفاظ الأنف، قد يضع الجراح جبيرة بلاستيكية أو معدنية لتغطي الأنف ويضع مادة معينة داخل المنخرين لتثبيت الحاجز الأنفي (الجدار الفاصل بين فتحتي الأنف)، وهذا مفيد بوجه خاص إذا كان الحاجز يحتاج لجراحة تجميل سواء لتحسين القدرة على التنفس أو لتجميل المظهر.

### تتطلب غرف عمليات بمواصفات قياسية

وتتطلب تلك الجراحات إجراؤها في غرف العمليات بمواصفات تراعي التوصيات العالمية في هذا الشأن بحيث تستخدم أدوات العملية لمرة واحدة فقط وتتوافر أنظمة لفلتر الهواء بنسبة ٩٩,٩٩ في المئة تتماشى مع أحدث النظم العالمية في هذا المجال ومنها نظام ANSI ونظام العزل والحماية مع NFPA وتطبيق مجموعة من أحدث الأنظمة المتبعة للتهوية وتوفير أكبر قدر من الحماية والرعاية للمراجعين.

### الحد من انتشار العدوى

ولابد من تزويد غرف العمليات بوحدة تحكم إلكتروني لمنع دخول أدق ذرات الغبار والتي يصل حجمها إلى أقل من واحد ميكرون مما يحد من إمكانية انتقال العدوى داخل غرف العمليات والمستشفى. وفي الختام فإن هناك معايير مهمة جداً لنجاح أي عملية أهمها اختيار الطبيب المناسب لإجرائها وكذلك اختيار المكان المناسب المراد إجراء العملية فيه.

رعاية مشترك

تضمن بقاء الشعر فوق فروة الرأس مدى الحياة

# زراعة البصيلات الدقيقة تعطي منظراً طبيعياً



يعد جميع الأشخاص الذين يعانون من تساقط الشعر بإمكانهم إجراء عملية زراعة الشعر. مثل الرجال الذين يعانون من نمط صلع ذكوري. وبعض النساء ممن لديهن نمط تباعد الشعر الأنثوي. كذلك الأشخاص الذين يعانون من ندبات جلدية ناتجة عن إصابات الحوادث، أو فقدان الشعر بعد إجراء عمليات شد الوجه. والأشخاص الذين يرغبون زيادة كثافة الحاجبين أو المحافظة عليهما. وكذلك الأمر بالنسبة لأهداب الجفون واللحى والشوارب، هناك عمليات جراحية مختلفة لاسترداد الشعر منها:

د. جمال حبيب الله جمعة

إستشاري جراحة التجميل

## أولاً: تقليص فروة الرأس

تتم عن طريق إزالة المنطقة الخالية من الشعر على مرحلة واحدة إذا كانت المساحة صغيرة، أو على عدة مراحل إذا كانت مساحة المنطقة كبيرة، تمتاز هذه الطريقة بسرعة النتائج، إلا أنها قد تسبب في إحداث ندب جراحي واحد أو أكثر بالجلد بشكل قد يكون واصحاً للعيان مما يقلل من الشكل الجمالي في المحصلة النهائية.

## ثانياً: تمديد فروة الرأس

تهدف هذه الطريقة إلى زيادة مساحة المنطقة الحاملة للشعر ومن ثم سحبها لتغطي منطقة الصلع وتتم على عدة مراحل:

### المرحلة الأولى:

زرع البالونات تحت فروة الرأس الحاملة للشعر

### المرحلة الثانية:

تمديد البالونات بشكل تدريجي عن طريق حقنها بمحلول معقم بمعدل اسبوعي حتى تمدد فروة الرأس بحيث يمكن أن تحل محل منطقة الصلع.

### المرحلة الثالثة:

تزال البالونات جراحياً مع الصلع، وتقل فروة الرأس المتمددة لتغطي منطقة الصلع. أصبح استخدام الطريقة الأولى والثانية محدوداً في الوقت الحاضر نظراً لما تسببه من ندبات جراحية في فروة الرأس، واستبدلت بطريقة زراعة البصيلات الفردية (الميكروجرافت)

## ثالثاً: زراعة بصيلات الشعر (مايكروجرافت)

تعد طريقة زراعة البصيلات الدقيقة جداً من الوسائل التي جعلت بالإمكان الحصول على نتيجة تعطي منظراً طبيعياً للغاية، وإن كان ذلك يتطلب الخضوع لعدة عمليات (قد تصل من ٢-٥ عمليات) هذه العمليات أصبحت متاحة وتعد الطريقة الأفضل وهي تضمن بقاء الشعر فوق فروة الرأس مدى الحياة، حيث تستخدم في هذه العمليات تقنيات شديدة الدقة والتطور. ويفضل إجراء عملية زراعة الشعر قبل انتشار الصلع تماماً بفروة الرأس، حتى يتمكن الجراح من استخدام الشعر المتوفر لتغطية المنطقة المزروعة، ولكن لا يستحب البدء بإجراء زراعة الشعر بالنسبة للأشخاص صغار السن، حيث يفضل هنا تجريب العلاج الطبي مثل دواء (فيناستايد) أو (مينوكسيديل) لأولئك الذين يعانون من فقدان الشعر بدرجة تتراوح بين البسيطة إلى المتوسطة وذلك للمساعدة على الحفاظ على ماتبقى من شعر في أعلى الرأس.

## طريقة العملية:

- ١- تجري العملية تحت التخدير الموضعي بحيث لا يشعر المريض بأي ألم وهي نفس الوقت يكون واعياً بما يجري حوله.
  - ٢- يتم تحديد المنطقة التي يؤخذ منها الشعر خلف الرأس والتي عادة ماتكون بعرض اسم وطوله ١٥سم.
  - ٣- تستأصل شريحة من مؤخرة جلد فروة الرأس.
  - ٤- تقطع الشريحة إلى قطع صغيرة ثم إلى بصيالات شعر عديدة.
  - ٥- تقفل فروة الرأس باستخدام خيوط أو دبابيس جراحية والتي تلتئم بسرعة ومن ثم تختفي بعد عدة شهور.
  - ٦- تعمل عدة ثقوب صغيرة جداً باستخدام ابرة رفيعة في المنطقة التي يحدها الجراح لزراعة الشعر بمقدمة الرأس واعلاء.
  - ٧- تزرع بصيالات الشعر في المناطق المحددة بطريقة متفرقة بحيث تعطي منظراً طبيعياً عند نموها، كما تسمح الفراغات التي بين بصيالات الشعر بوصول الدم إليها لترويتها.
  - ٨- تستغرق العملية عدة ساعات بناء على عدد بصيالات الشعر المطلوبة.
  - ٩- يذهب المريض إلى البيت في نفس اليوم.
  - ١٠- يتساقط الشعر المزروع خلال ٢-٤ أسابيع لكن يبدأ دورة نمو جديدة ليظهر بعد ١٢-١٦ أسبوع من عملية زراعة الشعر.
  - ١١- في الجلسات المكثفة يتم عمل الفتحات بالابرة بشكل متقارب جداً ثم يتم زراعة أعداد كبيرة من البصيلات المتقاربة مع بعض والتي بعد نموها تؤدي منظراً طبيعياً من جلسة واحدة.
- النتيجة:
- تختلف نتائج عملية زراعة الشعر حسب عدة عوامل منها مرحلة الصلع أو شدة تساقط الشعر وكمية الشعر المزروع
- تعطي العملية نتيجة جيدة كلما كانت درجة الصلع شديدة حيث يتم فيها استكمال عناصر الوجه التكوينية وذلك بتجديد الخط العلوي للوجه مما يساعد بالتالي على إعطاء الشخص منظر جمالي أفضل ويساعد على اظهار الشخص بعمره الحقيقي بدلاً من المظهر المتقدم في العمر بوجود الصلع، بالمقارنة مع الطرق الأخرى فإن زراعة بصيالات الشعر تعطي منظراً طبيعياً للغاية وذلك لمراعاتها التركيب الطبيعي للشعر والتدرج في الكثافة اعتباراً من الجبهة وحتى قمة الرأس، بهذا أصبح من الصعب على الانسان العادي معرفة ما إذا كان الشخص الذي امامه قد أجرى عملية زراعة للشعر أم لا.
- أضف إلى ذلك أن بصيالات الشعر المزروعة تعامل معاملة عادية وطبيعية جداً حيث يمكن قصها وحلاقتها فتعود لتنمو من جديد كما يمكن صباغتها



### ١- استئصال الشعر:

الذي قد يحل مشكلة محدودة توفر الشعر الا ان هذه الطريقة لا تزال في المرحلة المبكرة جدا حيث لا زالت قيد البحث والاختبارات ولم تصل إلى مرحلة التطبيق خارج المختبرات العلمية. يتم الاستئصال عن طريق الهندسة الوراثية وذلك باخذ خلية ووضعها في محلول غذائي يساعد على تكاثرها لتصبح مئات الخلايا الا ان ذلك قد يؤدي إلى احتمال استمرار تكاثر الخلايا لتصبح خلايا سرطانية لذا فان استخدامها لم يصبح واقعا حتى الان.

### ٢- علاج الجينات:

بالرغم من ان الابحاث اثبتت ان الصلع حالة وراثية الا ان علاج الجين المسبب للصلع غير معروف بعد ولم يتوصل احد إلى العلاج المناسب لذلك.

### ٣- استخدام الليزر والتقنيات الجراحية الحديثة:

بالرغم من نجاح الليزر في بعض العمليات الجراحية، إلا أن استخدامه في زراعة الشعر لم تعط نتائج مرضية لذا توقفت جراحة زراعة الشعر عن استخدامه. الا ان المحاولات لازالت قائمة وقد تتم من خلال جهاز جديد يساعد في تقطيع البصيلات وزراعتها بطريقة دقيقة.

### ٤- الشعر الصناعي:

حتى الان لا زال غير شائع نظرا لما تسببه زراعة المادة الصناعية من تهيج في فروة الرأس وتليف في الجلد مما يستدعي الاستمرار في استخدام الادوية ومشتقات الكورتيزون لفترة طويلة وما يسببه ذلك من اضرار عامة بالجسم هذا ولا زالت الشركات التجارية تسعى لاكتشاف مادة يتقبلها الجسم بكل سهولة.



أو تمثيلها بالطريقة المناسبة للشخص، كما انها لا تتأثر بممارسة الرياضة أو السباحة كونها طبيعية في جميع خصائصها.

### المضاعفات:

يصاحب كل عملية جراحية احتمال ظهور المضاعفات إلا أن هذا الاحتمال يعد نادرا في عمليات زراعة الشعر وعادة ما تكون خفيفة ومؤقتة وليست ذات أهمية ولا تؤثر على حياة أو صحة الشخص. من هذه النتائج السلبية ما يلي:

صداع مؤقت تتميل مع شد مؤقت في فروة الرأس، نمو بطي تكيس وحكة مؤقتة حول بصيلات الشعر ونديّة حساسة أو التهاب بالجرح مع ذلك وفي حالة ظهور أي من هذه المضاعفات فان هناك علاجاً يساعد على زوالها.

وقد يعاني قلة من الناس من تورم بسيط في الجبهة وحول العينين يزول خلال عدة ايام تلقائيا.

### العناية بالشعر بعد الزراعة:

#### ١- الشامبو:

خلال الأسابيع الأولى ينصح باستخدام شامبو الأطفال الذي يمكن ان ينظف الشعر من دون أن يزيل الطبقة الحامية للشعر أو من دون ان يتسبب بأضرار في بصيلات الشعر بعد ذلك يمكن للشخص من العودة إلى استخدام الشامبو المعتاد والذي يجب استخدامه بطريقة دورية بهدف:

• إزالة الزيوت من الشعر وفروة الرأس.

• تنظيف الشعر من الملوثات البيئية.

• تقليل عدد الجراثيم العالقة بالشعر أو فروة الرأس.

٢- استخدام بلسم الشعر (مكيفات الشعر conditioner) للتحكم في طريقة تصفيف الشعر بعد ما لا يقل عن شهر من الزراعة وهناك أنواع عدة منها:

• سريعة المفعول وتستعمل مع الشامبو أو بعده مباشرة وتساعد على تسريح الشعر بعد غسله مباشرة.

• مكيفات عميقة وتوضع على الشعر لمدة ٢٠ دقيقة ثم تغسل وعادة تحتوي على بروتينات تمتصها الشعرة وبالتالي تساعد على اصلاح التقصفات وتلف الشعرة الناتج عن استخدام مجففات الشعر أو كثرة صباغته، يفضل استخدام هذه الأنواع لعدة اشهر بعد ظهور الشعر المزروع.

• مكيفات الشعر الطويلة المفعول وهي التي تستخدم بعد التجفيف للشعر وعادة ما تحتوي على مادة الجليسرين التي تساعد على تصفيف الشعر وتعطيه لمعة وبريقا كما تساعد على تمويه المناطق الخفيفة.

٣- تصفيف الشعر وتدليك فروة الرأس:

بعد تنشيط الشعر بصورة دورية افضل طريقة لتدليك البصيلات وتحفيز فروة الرأس ويجب مراعاة التمشيط باستخدام فرشاة أو باستخدام مشط باسنان متباعدة هذا ومن الافضل تصفي الشعر إلى الخلف أو إلى الجانبين وذلك لتمويه منطقة الشعر الضعيفة أو القليلة الكثافة.

٤- من الملاحظ ان الشعر المزروع يظهر في البداية بشكل جاف وخفيف لذا فان استخدام بعض حمامات زيوت الشعر بشكل شهري يساعد في التحكم بالشعر ويعطيه لمعانا وبريقا طبيعيا.

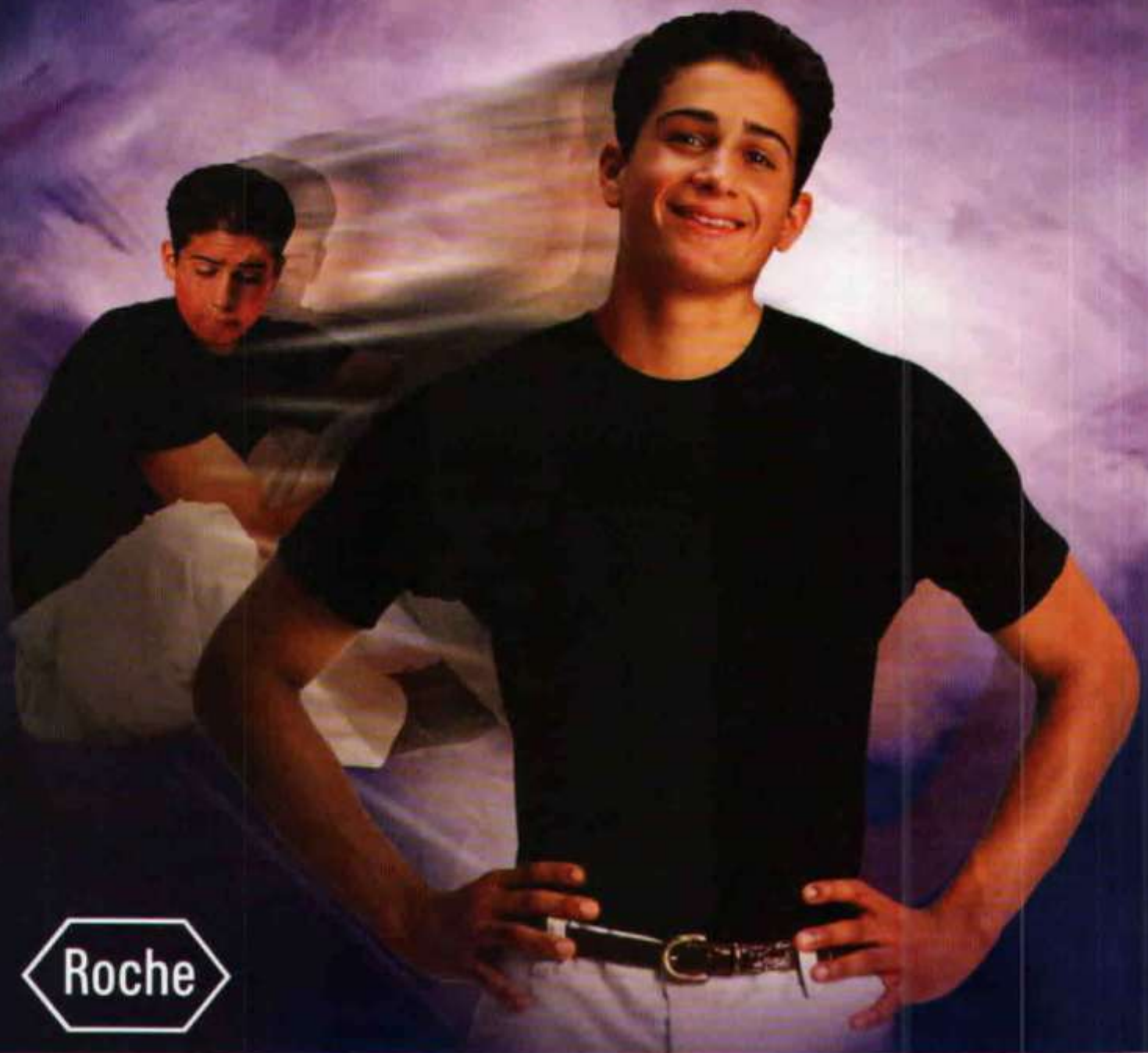
### المستقبل:

حتى الوقت الحاضر لم يظهر علاج للصلع أفضل من الحل الطبيعي وهو زراعة الشعر الطبيعي إلا ان هناك الكثير من الافكار والمحاولات التي قد تعطي نتائج في المستقبل منها:

# Roaccutane<sup>®</sup>

isotretinoin

**Prevents acne patients from  
getting scarred for life**



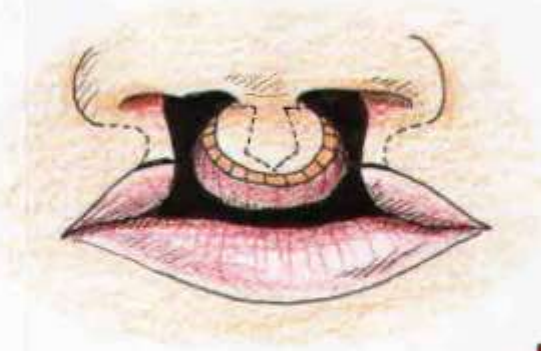


# cleft lip

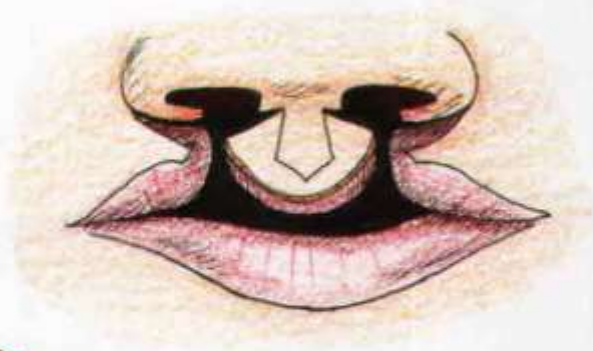
شق الشفة الولادي أو الشفة الأرنبية

يعتقد معظم العلماء أن أسبابه  
تعود إلى العوامل الوراثية والبيئية

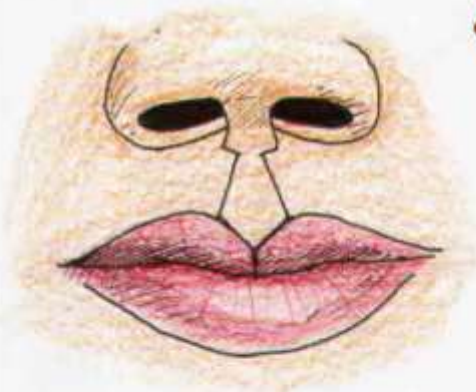
د. كمال حسين صالح  
استشاري طب وجراحة التجميل والليزر  
الدوحة - قطر



A



B



C



D

بهذه التشوهات تكون أكبر عند حديثي الولادة في العائلات التي قد أصيب فيها أحد أفرادها من قبل

٢-أدوية: يتناول الأم خلال فترة الحمل بعض أنواع الأدوية التي قد يكون لها بعض الآثار الجانبية على الجنين، من بين هذه الأدوية أدوية الصرع، بعض أدوية القلب، أدوية علاج حب الشباب والتي تحتوي على - Accutane، أو الكورتيزونات cortisones

٣-أمراض مختلفة: قد تحدث الإصابة نتيجة لتعرض الأم خلال مراحل نمو الجنين داخل رحمها لفيروسات، مثلاً كل الحصبة الألمانية والانتفونزا وغيرها من الأمراض.

٤- نقص في التغذية: عدم تناول الحامل لكثير من العناصر الغذائية المهمة، مثل الفيتامينات والعناصر والأملاح الضرورية، مثل الفوليك أسيد folic acid

الضروري لبناء والتحام الشفة في الأسابيع الأولى للطفل وهو داخل رحم الأم.

المشاكل الصحية التي ترافق الإصابة بتشوهات الشفة والحنك، التهابات الأذن الوسطى والسمع: نتيجة لقرب قناة استاكيوس الموصلة بين الحلق والأذن من العيب الخلقي وفشل العضلات المحيطة به فإن العديد من هؤلاء الأطفال يتكرر عندهم التهابات الأذن الوسطى مما قد يسبب ضعف في السمع.

ولأنهم أكثر عرضة من غيرهم لتراكم المواد الغذائية السائلة في الأذن الوسطى، من الممكن أن تؤدي التهابات الأذن الحادة إلى فقدان حاسة السمع إذا تركت دون علاج. ولتجنب تطور الحالة إلى الأسوأ يتم وضع صمامات معينة في الأذن الوسطى للطفل المصاب لمساعدته على صرف المواد السائلة.

**الرضاعة:** نتيجة لوجود ذلك الشق أو الانفصال في الشفة أو الحنك، فإن الأطعمة والسوائل تنتقل من خلف الفم إلى الأنف، ولحسن الحظ، تتوفر زجاجات الرضاعة المصممة لمساعدة الطفل المصاب بإزالة المواد السائلة من الفم إلى المعدة مباشرة، قد يحتاج الأطفال المصابون بتشوه الحنك إلى استخدام حنك صناعي لمساعدتهم في تناول الطعام.

**النطق:** قد يواجه الأطفال المصابون بتشوهات الشفة والحنك أيضاً بعض المتاعب في القدرة على الكلام بالشكل الصحيح، حيث إن مخارج حروفهم تكون أنفية وصعوبة في فهم ما يقولونه، فإن هذه المشكلة لا يعاني منها جميع الأطفال المصابين بتشوهات الشفة أو الحنك، وأن التدخل الجراحي يساهم في حل المشكلة جذرياً عند بعض المصابين، والأفضل استشارة اختصاصي النطق.

**مشاكل نفسية:** إن تشوه الشفة قد يؤدي إلى صدمة نفسية للأطفال وكذلك للطفل عند دخوله الروضة أو المدرسة، وذلك لكثرة التعليق من قبل الزملاء بعض الحالات تحتاج لاستشارة طبيب نفسي للأطفال.

وكذلك التشوهات المصاحبة للحالة مثل تشوهات الأنف التي تعكس سلباً على المريض تحتاج لاختصاصي تجميل متمرس لازالة هذه التشوهات اثناء العملية الاولى او لاحقاً وحسب مقدار التشوه.

تشوه ولادى يصيب الشفة العليا للطفل لأسباب عديدة، وبالسابق كان يطلق عليه بالشفة الأرنبية أنها تشبه شفة الأرنب، ويكون الشق على أشكال متعددة، وقد يصاحبه شق في اللهاة أو الحنك أو تشوهات في الوجه والأنف أو يكون منفرداً، ويشمل كل أو أحد مكونات الشفة.

## مكونات الشفة أو الشق:

١-عضلات الشفة

٢- الجلد

٣-الغشاء المخاطي الداخلي mucus mem.

٤-الغشاء المخاطي الأحمر الجاف red mucosa الخارجي

للشفة

٥-عظام الفك-pri maxilla

## أنواع شق الشفة الولادي

- أحادي الشق وهو عبارة شق منفرد في الشفة العليا في احد جاسي قوس الحب (وهو يمثل وسط الشفة العليا-cubid bow) او في الوسط.

- ثنائي الشق وهو عبارة عن شقين في للشفة العليا متناظرين ومتساويين في الطول أو غير ذلك.

- شق الشفة الأحادي الكامل، حيث يشمل الشق قاعدة الانف ايضاً.

- شق الشفة الأحادي الناقص، حيث لا يشمل الشق قاعدة الانف.

- شق الشفة الثنائي الكامل أو الناقص، كما في الأحادي. تصل نسبة الإصابة بتشوهات الشفة الأرنبية سواء ارتبط ذلك بالإصابة أيضاً بتشوهات الحنك أو عدمها إلى ما يقارب واحد لكل ٧٥٠ ولادة حية، وعند مقارنة المعرضين للإصابة بهذه التشوهات بين الذكور والإناث، نجد أن إصابة الذكور بتشوهات الشفة سواء كان ذلك مرتبطاً بالإصابة بتشوهات الحنك أو عدمها تصل إلى الضعف بالنسبة للإناث، أما بالنسبة لتشوهات الحنك، فإما نجد أن إصابة الإناث بتشوهات الحنك فقط تصل أيضاً إلى الضعف بالنسبة للذكور، ولكن دون أن يرتبط ذلك بالإصابة بتشوهات الشفة.

## تعريف التشوه الذي يصيب الشفة

الشفة الأرنبية cleft lip: عبارة انفصال في الشفة العلوية يظهر كفتحات أو فجوات على السطح الخارجي للشفة ذاتها، يمتد غالباً هذا الانفصال ليصل إلى اللثة العلوية أو إلى ما وراء الأنف شاملاً معه عظام الفك العلوي.

شق الحنك cleft palate: هو عبارة عن انشقاق في سقف الفم. قد يصيب هذا الانشقاق كلا من الحنك الصلب -hard pa- (وهو الجزء الأمامي العظمي من سقف الفم)، أو الحنك الرخو -soft palate

## أسباب هذا التشوه ماهي ؟

مازالت أسباب الإصابة بتشوهات الشفة والحنك في معظم حالاتها مجهولة حتى الآن، كما أنه لا يمكن التدخل بأية طريقة طبية لمنع الإصابة بها أثناء مراحل الحمل.

-أوراثية: يعتقد معظم العلماء أن أسباب الإصابة تعود إلى مجموعة من العوامل الوراثية والبيئية، لذلك فإن احتمالات الإصابة

مسببانه.. بعض الأدوية

التي تتناولها الأم

أثناء الحمل

## علاج تشوهات الشفة والحنك يحتاج لاختصاصات متعددة من الأطباء

مشاكل تصيب الاسنان: مثل تسوس الاسنان او اعوجاج الاسنان وخاصة في التشوهات الكبيرة التي تصيب الفك. وتحتاج لاختصاصي طب وتقويم الاسنان.

### العلاج

ان علاج التشوهات الولادية للشفة والحنك تحتاج لاختصاصات متعددة من الاطباء للحصول على النتيجة المثلى في العلاج ولتقليل من مضاعفاتها.

١- اختصاصي جراحة التجميل ويقوم باجراء العمليات اللازمة وعلى مراحل وحسب شدة الحالة وتبدأ هذه العمليات بالنسبة للشفة من الاسبوع العاشر الى سن ٢٠-١٨ سنة وحسب شدة التشوه

٢- اختصاصي تقويم الاسنان

٣- اختصاصي انف واذن وحنجرة

٤- اختصاصي جراحة الوجه

والفكين

٥- اختصاصي نطق

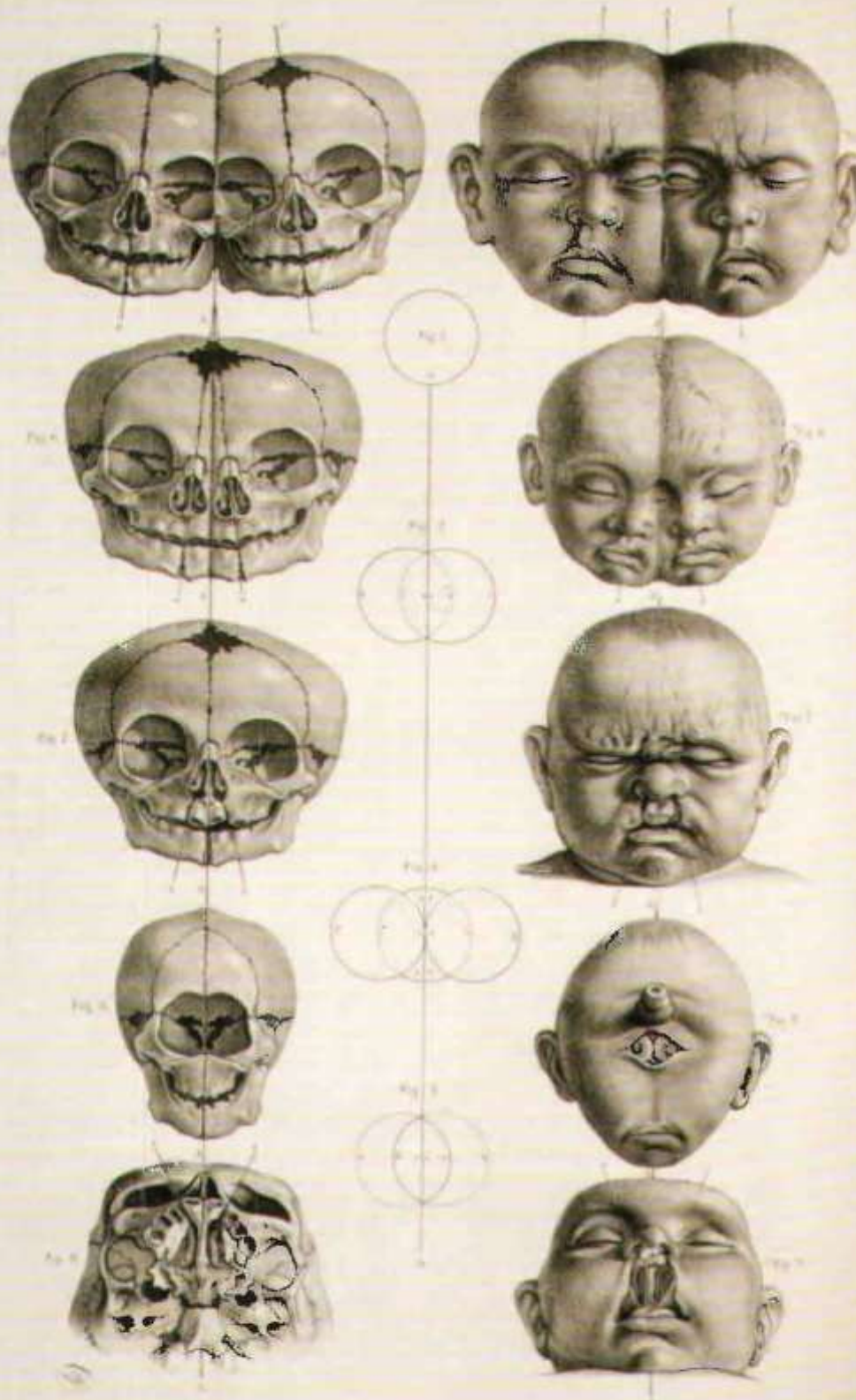
٦- اختصاصي تغذية

٧- اختصاصي نفسي للاولاد

٨- طبيب اطفال اختصاصي

ويتم متابعة المريض بصورة مستمرة

وحسب شدة التشوه.



# أخوة الخليج GULF BROTHERS

للتشغيل والتوظيف الطبي  
For Medical Operating & Recruitment  
نرعاك .. لترعى مرضاك

## التشغيل الطبي:

- ❖ إنشاء وتشغيل المنشآت الطبية الخاصة بشكل جزئي أو كلي.
- ❖ الإشراف على الأعمال الإدارية الخاصة بالمنشأة الطبية.

## التوظيف الطبي:

- ❖ توفير كوادر تمريضية، وطبية، وطبية مساعدة تحمل شهادة التصنيف من الهيئة السعودية للمتخصصات الصحية.
- ❖ توفير قاعدة بيانات مميزة من الكوادر الطبية والإدارية وعلى مستوى دقيق ومتوافق مع الوصف الوظيفي المطلوب (١٠٧ مليون سيرة ذاتية حديثة، بالإضافة إلى ٣٨٠٠ سيرة ذاتية يومياً)

## التسويق والتأمين الطبي:

- ❖ وضع استراتيجية تسويقية:
- تشمل (تحديد المزيج التسويقي، وخطة التسويق)
- وتهدف إلى (زيادة الدخل وأعداد المرضى)
- ❖ تأمين العقود مع شركات التأمين.

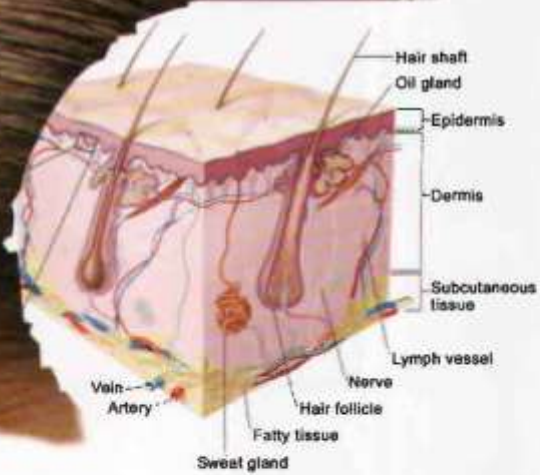
## الاستشارات:

- ❖ عمل دراسات الجدوى الاقتصادية الخاصة بالمنشآت الطبية.
- ❖ التمثيل القانوني للمصانع المنتجة للأجهزة الطبية.

الرياض - طريق التخصصي - بالقرب من مشروع ابن باز الخيري  
هاتف: ٤٥٠١٧٠٠ - ٠١ | فاكس: ٢٦٩٠٧٠٠ - ٠١ | صندوق البريد: ٢٣١٥٨٨ الرياض ١١٣٢١

Riyadh - Al Tkhasusi Road - Next to Ibn Baz Charity Project  
Tel: 01 - 4501700 | Fax: 01 - 2690700 | P.O.Box: 231588 Riyadh 11321

E-mail: info@gulfbrothers.com.sa  
www.GULFBROTHERS.com.sa



اضطراب الغدة الدرقية يؤدي إلى جفاف الجلد وتفتتيره وتغير لونه

# تساقط في الشعر بسبب قصور في الغدة

**تقع** الغدة الدرقية في مقدمة العنق، وتحيط بالقصبة الهوائية. حيث تفرز الغدة الدرقية هرموناتها في مجرى الدم استجابة لهرمون منظم تطلقه الغدة النخامية Pituitary Gland (والتي تقع في وسط الدماغ) ويسمى الهرمون المنبه للغدة الدرقية الـ TSH.

وتقوم هرمونات الغدة الدرقية بتنظيم معدل الاستقلاب وعمليات الأيض في العديد من أنسجة الجسم. إن زيادة أو تقليل إفراز الغدة الدرقية لهرمونين يعرفان باسم T3 و T4 يمكن أن يسببا بعض الأمراض. إن اضطرابات الغدة الدرقية شائعة وهي غالباً ما تتطور بالتدريج، وقد تمضي شهور وحتى سنوات قبل ظهور الأعراض.



الدكتور عبدالله الفارس  
استشاري الأطفال ورئيس وحدة الغدد  
الصماء والسكر مستشفى قوى الأمن الرياض

- ملاحظة الانتفاخ الخفيف تحت العين وهي الساقين
- وغيرها من الأعراض

### خيارات علاج قصور الغدة الدرقية:

- إذا كنت تعاني من هذه الأعراض، فاستشر طبيبك الذي سوف يسألك عن الأعراض ويفحصك طبياً.
- حيث قد يتم فحص أجزاء جسمك أو وظائفه التالية:
- معدل دقات القلب وضغط الدم.
- الشعر وقوام الجلد.
- فحص الدم للغدة الدرقية لمعرفة مستوى الهرمونات
- وإذا تم تشخيص المرض فعلاجه بحبوب تسمى الإلثايروكسين
- ثانياً أعراض زيادة إفراز الغدة الدرقية:
- التعب والشعور بالإرهاق السريع
- فرط تنبيه الجهاز العصبي مما يؤدي إلى التهيج العصبي.
- تزايد ملحوظ في الشهية للطعام رغم نقصان في الوزن.
- زيادة معدل ضربات القلب واختلاف ملحوظ في ضغط الدم
- الارتعاش في اليدين
- تساقط في الشعر وتكون كمية

## تغير لون الجلد إلى اللون

## البنّي الشمعي الأحمر

## مع تورم في الساقين

- الشعر أقل من السابق
- حصول بعض المشاكل في الأظفار
- الإحساس بالتعرق الشديد
- تغير لون الجلد للون الأحمر
- والخسود الوردية اللون والتورمة
- في الجلد مع وجود حكة وبقع في
- الساقين
- الإحساس بزيادة حرارة
- الجسم وتفضيل الجو البارد بدل الجو الحار
- الإسهال
- اختلاف الدورة الشهرية عند النساء (قلة كمية الدم)
- يصاحبه في بعض الحالات جحوظ العينين
- قلة التركيز الذهني
- الإحساس بالأرق وقلة النوم
- يمكن الإحساس بالاختناق إذا كان هناك تضخم في حجم الغدة في
- الرقبة

### خيارات علاج فرط نشاط الغدة الدرقية

- إذا كنت تعاني من هذه الأعراض فاستشر طبيبك الذي سوف يفحص
- غدتك الدرقية ويقيس نبضك ويبحث عن وجود ارتعاشات باليدين، ويسأل
- عن الأعراض الأخرى مثل الإسهال وزيادة الإحساس بالحر.
- سوف يقوم الطبيب بأخذ عينة من الدم لقياس مستويات هرمونات الغدة
- الدرقية وعلى أساسه يتم تشخيص المرض وعلاجه يكون بالحبوب المضادة
- لزيادة إفراز الغدة الدرقية على شرط أن نعمل تحليلاً للدم (ويسمى CBC
- DIFF) وتحليلاً لوظائف الكبد قبل بداية العلاج وأثنائه لأن هذا العلاج قد
- يكون له بعض المضاعفات على الدم أو وظائف الكبد وقد يستعمل هذا العلاج
- لفترة ما يقارب الستين يوماً لم يحصل تحسن في الحالة فهناك خياران
- آخران الأول وهو إعطاء مادة اليود المشع وهو يعمل على تدمير خلايا الغدة
- الدرقية مما يؤدي إلى كسل دائم في عملها وأخذ العلاج المنشط للغدة الدرقية
- مدى الحياة أما الخيار الثاني فهو التدخل الجراحي لاستئصال الغدة ومن ثم
- العلاج المنشط للغدة الدرقية مدى الحياة.

### كيف تتم عملية إفراز هرمونات الغدة الدرقية

تقوم الغدة الدرقية بإفراز هرموناتها T3 و T4 كاستجابة لتأثير هرمون

تفرزه الغدة النخامية ويسمى الهرمون المحفز للدرقية الـ TSH.

والهرمون الدرقي الذي يسري في مجرى الدم بعد ذلك ينشط انطلاق

المزيد من الهرمون المحفز للدرقية من الغدة النخامية، مانعاً بذلك مستويات

T3 و T4 من الارتفاع الشديد، وبنفس الآلية، فعندما ينخفض مستوى

الهرمون الدرقي، فإن مستوى الهرمون المحفز للدرقية يرتفع فيحفز إنتاج

المزيد من T3 و T4.

فإذا كان هنالك قصور أو كسل في عمل الغدة الدرقية فهذا يؤدي إلى

ارتفاع مستوى هرمون الـ TSH من الغدة النخامية (في الدم)، ونقص في

مستوى هرمونات الغدة الدرقية في الدم.

وعلى العكس فإذا كان هنالك زيادة في إفراز أو نشاط الغدة الدرقية

ففي هذه الحالة يقل مستوى هرمون TSH ويزيد مستوى هرمونات الغدة

الدرقية في الدم.

ونتحدث الآن عن القصور أو الكسل في الغدة الدرقية وما ينتج عنها من

أعراض وبعدها نتحدث عن الزيادة في نشاط أو إفراز الغدة الدرقية وما ينتج

عنها من أعراض.

### أولاً: قصور أو كسل الغدة الدرقية

قصور النشاط الدرقي هو أكثر أنواع الاضطراب الدرقي شيوعاً، وهو

يصيب النساء أكثر من الرجال بخمس إلى عشر مرات، ويزيد معدل حدوثه

مع تقدم العمر ويمكن أن يكون هذا الكسل في عمل الغدة الدرقية حلقياً في

الأطفال المواليد ولا بد في هذه الحالة من معالجة هؤلاء المواليد في أسرع

وقت ممكن لكي نتجنب العديد من الأعراض وأهمها وأخطرها هو التخلف

العقلي، ويمكن أن يصيب الأطفال في السنوات الأولى في حياتهم ولكنه لا

يسبب تخلفاً في العقل مثل الكسل الخلقي الذي يصيب الأطفال المواليد.

حديثاً في هذا المقال عن الكسل في عمل الغدة الدرقية في الأطفال

الكبار وليس الرضع وفي كبار السن من الرجال والنساء

### أعراض كسل الغدة الدرقية

- التعب والشعور بالخمول والإعياء.
- قلة التركيز العقلي
- عدم تحمل البرد والرغبة في الجو الدافئ.
- الإمساك.
- الآلام العضلية والإحساس بالإرهاق والتعب بصورة واضحة.
- جفاف الجلد أو تقشره أو انتفاخه وتغير لونه للون الباهت أو الاصفرار
- ويمكن تغير لون الجلد إلى اللون البنّي الشمعي المحمر مع تورم في الساقين.
- الإحساس بالخوخ أو التثميل في أصابع اليدين أو القدمين.
- نقص في تحمل المجهود الرياضي.
- تحول في لون الجلد إلى الاصفر
- آلام في المفاصل.
- يمكن الإحساس بالاختناق إذا كان هناك تضخم في حجم الغدة في
- الرقبة
- بحة في الصوت.
- قصر القامة في الأطفال
- عدم انتظام الدورة الشهرية عند النساء (زيادة كمية الدم).
- زيادة في الوزن رغم ضعف الشهية
- جفاف الشعر وتقصفه وتساقطه بصورة ملحوظة لدرجة أنه يمكن أن
- يشمل الأطراف الخارجية لحواجب العينين
- الرغبة الملحوظة للنوم.
- الشعور بالكآبة أو خمول العواطف.



## أسئلة قراء المجلة

## تقدم

مجلة (الجلدية) خدمة لقرائها، حيث تستقبل أسئلة واستفسارات قرائها الأعضاء فيما يتصل بجراحات الجلد والتجميل والليزر، وعلاجات السمرة والبدانة، وزرع الشعر، وكل ما يتصل بهذا الأمر، وسيجيب على الأسئلة نخبة ممتازة من الاستشاريين والمختصين، فلا تترددوا في التواصل معنا عبر الإيميل [beautyskin@aljareeda.com.sa](mailto:beautyskin@aljareeda.com.sa) نحن في انتظاركم.

### المحافظة على جلد الأطفال

- ورد هذا السؤال من أم كريم (الخرج).. كيف أحافظ على جلد طفلي الرضيع من الجفاف؟
- يجب على السؤال الدكتور خالد عرنجي أخصائي جلدية يمكن المحافظة على جلد الأطفال الرضع من الجفاف بترطيبهم بعد الحمام ووضع مرطبات طبية خاصة بالأطفال، وهي منتشرة في الصيدليات، ولكن يجب استشارة الطبيب في اختيار الأنواع المناسبة للأطفال، فما يفيد طفلاً قد لا يفيد الآخر، وبالطبع أهم ما يحافظ على جلد الأطفال الرضاعة الطبيعية، ثم بعد الشهور الستة الأولى يمكن تنويع بعض الأطعمة بعد استشارة الطبيب، لاختيار العناصر المفيدة للطفل وحصته بشكل عام، وجلده بشكل خاص.

### تجميل الأنف

- ورد هذا السؤال من دلال (جدة) .. أنفي مقوس، وأحاول إجراء جراحة تجميل، فهل لها أعراض جانبية، لأنني متخوفة جداً؟
- يجب على هذا السؤال الدكتور وائل سعد الدين استشاري جراحة التجميل الأعراض الجانبية لعمليات تجميل الأنف هي حدوث تورم بالوجه وتحت العينين يستمر لفترة من أسبوع إلى ١٠ أيام بعد الجراحة مع احتمال ظهور بعض الرضوض والكدمات قد تمتد إلى منطقة الجفون والتي قد تستمر من إسبوعين إلى ٤ أسابيع ثم تزول تماماً، وقد يشعر المريض أيضاً بانسداد فتحات الأنف لعدة أسابيع بعد الجراحة لوجود بعض الإفرازات الزائدة عن المعدل الطبيعي والتورم الغشاء الداخلي للأنف، أما مضاعفات الجراحة فهي كثيرة وتحدث فقط عند إجرائها بواسطة جراح غير متخصص أو جراح تجميل ذي خبرة قليلة بعمليات تجميل الأنف حيث أنه ليس بالضرورة كل جراح تجميل تحقيق نتائج جيدة في تجميل الأنف، وتشمل المضاعفات عدم انتظام شكل الأنف، ضيق صمام الأنف الداخلي، ظهور بروز في طرف الأنف أو ما فوقها، غيرها من المضاعفات المختلفة الناتجة عن عدم إجراء الجراحة بطريقة صحيحة.

### الإحراج من تزايد التعرق

- ورد هذا السؤال من نوف (الرياض).. كثيراً ما أتعرض للإحراج بسبب زيادة التعرق، وقد يزداد غفراز العرق إذا تعرضت لمواقف صعبة أو محرجة.. فهل هذه حالة مرضية؟ وهل لها علاج؟
- يجب على هذا السؤال الدكتور خالد عرنجي أخصائي جلدية إفراز العرق في المواقف المحرجة ليس مرضاً، بل حالة تتم بسبب الضغط النفسي، وهناك مواضع معينة في الجسم يمكن حقن البوتوكس فيها كراحة اليدين والقدمين والأبطين، ومن خلال هذه الحلول العلاجية البسيطة لن يحدث التعرق المسبب أيضاً للإحراج، ويجب أن نقول أن النسب المعقولة من العرق الذي يفرزه الجسم تساهم بلا شك في تخفيف درجة حرارة الجسم، كما توجد فوائد كثيرة للعرق المفرز بشكل طبيعي، بعيداً عن الأعراض المرضية أو النفسية والاجتماعية.

### التصبغ الشمسي وعلاجه

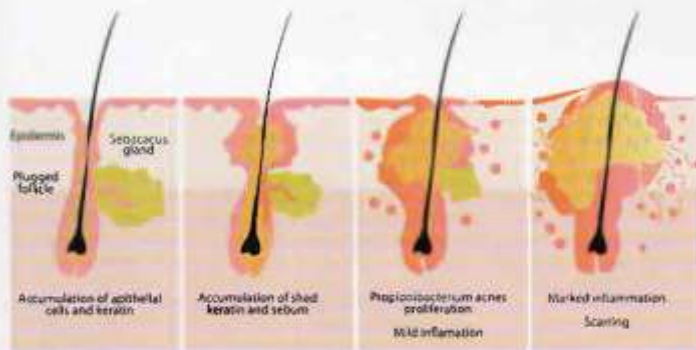
- ورد إلينا هذا السؤال من القارئة سلمى (الرياض).. دائماً ما تزداد بشرتي اسمراراً إذا تعرضت للشمس بضع دقائق، فهل هذه حالة مرضية؟ وهل لها علاج؟
- يجب على السؤال الدكتور وائل أبو دياب ماجستير الأمراض الجلدية : تعرف هذه الحالة بالتصبغ الشمسي، وهي العملية التي يصبح فيها الجلد أكثر اسمراراً نتيجة للتعرض للأشعة فوق البنفسجية، ويجب أن نشير أن التعرض لأشعة الشمس يعيد في إنتاج فيتامين D، في حين أن التعرض للأشعة بشكل مفرط له تأثير سلبي، ويتجلى ذلك في ظهور حروق أو سرطانات جلدية، وبعض الناس يتأثرون بشكل كبير بمجرد التعرض لأشعة الشمس، وينتج ذلك عن اختلاف في طبيعة الجلد ونوعه، فالجلد الفاتح أو الأبيض يتأثر سريعاً عن الجلد الأسمر، فيجب الحذر فالأشعة المباشرة تؤذي الـ DNA الموجود في الجلد، وبالتالي يدافع الجسم ويحاول إصلاح هذا الخلل وحماية الجلد، من خلال إفراز اللون البني وهو ما يعرف بالميلانين، وهو قادر على حماية الجلد بامتصاصه للإشعاع، وبالرغم من ذلك قد يحدث حرق بالجلد، من هنا يجب الاهتمام بواقفات الشمس قبل التعرض لها، ومن أجل تجنب الآثار الضارة للأشعة فوق البنفسجية، يمكن اللجوء إلى ما يعرف باسم التصبغ اللاشمسي، أو التصبغ الذاتي التي تحوي هيدروكسي أسيتون، والثيروزين... وتتوافر منتجات التصبغ اللاشمسي على شكل كريم أو جل أو لوشن، وهي جيدة للحفاظ على البشرة.

### شفط الدهون

- ورد هذا السؤال من القارئة ليلى (الرياض).. كيف يتم احتساب نسبة الدهون حول الخصر؟ وهل تجرى عمليات شفط الدهون لأي زيادة في نسبتها، بمعنى لو كانت الدهون حول الخصر قليلة فهل تنفع معها عملية الشفط؟
- يجب على السؤال الدكتور وائل سعد الدين استشاري جراحة التجميل يتم احتساب نسبة الدهون حول الخصر بعدة طرق وباستخدام آلات بسيطة دقيقة لدى جراح التجميل المحترف، ويستطيع أي شخص حسابها بامساك (قثبة) من جدار البطن في منطقة الخصر بين الأصبعين الإبهام والسبابة لتقدير سمك كمية الدهون مبدئياً قبل اللجوء لجراح التجميل، وهناك أجهزة معينة لتصوير طبقات الدهون في محيط مناطق الجسم المختلفة مثل جهاز الـ (DXA Scan)، ولا تجرى عمليات شفط الدهون إلا إذا رأى الجراح وجود دهون زائدة يستطيع بعد شفطها نحت منطقة ما لتعديل القوام، ومن الممكن شفط كمية صغيرة كانت أو كبيرة ولكن بحدود معينة وبحسابات جيدة لضمان سلامة المريض.



اعلام حوثوق به..



compliance with therapy, the expected delay in noticeable improvement (up to four to eight weeks) inherent in any new regimen, and a thorough discussion of proper usage and dosing of medications and of potential side effects. Patient education materials, facilitate clinical interaction and increase compliance.

#### Topical therapies

Topical treatments alone may be effective in patients with mild to moderate acne vulgaris, especially when the condition is limited to the face. Such treatments are also a useful adjunct in patients who require systemic therapy. Several classes of topical preparations are available, each with a different mechanism of action. The main advantage of topical therapy is the avoidance of possible side effects associated with systemic agents.

A variety of over-the-counter and prescription products are available for mild to moderate acne. Most OTC products contain either benzoyl peroxide, glycolic acid, or salicylic acid. These agents decrease hyperkeratosis and may be useful in managing acne. Salicylic acid is a keratolytic agent with drying and peeling effects that are especially useful for comedonal lesions, although its utility in preventing new comedone formation is more limited.

**Benzoyl peroxide (BPO)** is the most frequently used topical preparation for the treatment of acne. BPO has antimicrobial effects to reduce colonization of *P. acnes* on the skin surface, and has been shown to substantially decrease surface free-fatty-acid concentrations, which in turn may decrease the development of retention hyperkeratosis and microcomedones. It also has an anti-inflammatory effect by reducing the number of oxygen-free radicals. BPO is therefore active against both inflammatory and noninflammatory lesions and may be useful alone for mild acne.

Benzoyl peroxide is available in concentrations of 2.5% to 10% and comes in a variety of formulations, including gels, lotions, washes, and creams. It is generally used once or twice daily. Skin irritation is one potential side effect, although it can usually be eliminated by gradually increasing the application frequency. Allergic contact sensitization has been reported. BPO preparations can also bleach clothing.

**Topical antibiotics** work by reducing the population of *P. acnes* on the surface of skin and within the hair follicles. They may also have anti-inflammatory effects. The most commonly used topical antibiotics in acne therapy are clindamycin and erythromycin. Topical antibiotics do not have comedolytic effects and therefore are best used as part of a combination regimen for mixed inflammatory and comedonal acne. These agents are generally well tolerated and are usually applied to the affected areas once or twice daily.

Topical retinoids are an very effective class of medication for the treatment of acne vulgaris, with strong comedolytic and anticomedogenic activity as well as indirect antibacterial effects. Tretinoin, an acid of vitamin A, is the prototype drug in this class and has been shown to normalize desqua-

mation of the follicular epithelium, promote drainage of comedones, and inhibit new comedone formation.

Newer topical retinoid or retinoid-like compounds include adapalene. Adapalene, a naphthoic acid derivative, has a retinoid-receptor specificity that may result in less irritation than other retinoids.

A multicenter trial showed adapalene gel 0.1% to be significantly more effective and better tolerated than tretinoin gel 0.025%.

#### Systemic therapies

Patients with moderate to severe inflammatory acne vulgaris generally require systemic therapy for adequate control of their disease. Other indications for systemic therapy might include disease that has been unresponsive to topical treatment and cases with predominant involvement of the trunk, given the difficulty of treating wide body surface areas topically. Systemic agents include antibiotics, antiandrogenic agents, oral retinoids and oral contraceptives.

**Oral antibiotics.** These agents are useful in decreasing *P. acnes*, free fatty acids in surface lipids, and inflammation (via their inhibition of neutrophil chemotaxis). Improvement may not be noticeable until up to six to eight weeks after the start of therapy. It is usually necessary to continue the drugs for several months, with gradual tapering as tolerated once disease activity has stabilized or is beginning to resolve. Maintain patients on the lowest effective dose if long-term therapy is required.

#### Isotretinoin

Isotretinoin is reserved for prescription by dermatologists because of several serious adverse effects. Its mechanism of action is complex, but there is a dramatic reduction in sebaceous gland activity and sebum production that leads to a significant decrease in the *P. acnes* population. The drug has also been shown to alter the sex steroid metabolism in women with severe acne. In the early phase of treatment isotretinoin may cause a transient exacerbation of the patient's skin condition. Patients suitable for isotretinoin treatment are those with severe nodular or cystic acne; moderate acne that is resistant to conventional treatment and acne of late onset in the mid-20s or 30s. Delays in starting isotretinoin treatment for patients with severe acne can result in substantial scarring, so it is important that such patients are referred urgently to dermatology departments.

#### Hormonal treatment for women

Cyproterone acetate (an anti-androgen) + oestrogen for 6 months reduces the excretion of sebaceous glands and reduce acne.



Dr. Hesham al-Sahar  
Dermatologist





# acne review

**A**cne vulgaris is a skin disorder of the pilosebaceous unit that generally develops in adolescence. Adolescent males, in particular, can be severely affected by acne, which, if left untreated, can cause scarring. Acne can sometimes last well into one's thirties and forties. In addition to facial acne, many people can have acne lesions in the upper trunk, shoulders and back. Acne vulgaris is the most common disorder of adolescence. It is estimated that up to 85% of individuals ages 12 to 24 years will get acne. Although it does not tend to be a serious disease, it may result in permanent scarring and disfigurement. More important, acne can have profound effects on psychosocial development and emotional well-being during a developmental period already marked by psychological upsets. In a survey of 72 patients with noncystic (mild to moderate) facial acne revealed high scores for clinical depression and a 5.6% prevalence of acute suicidal ideation. These studies highlight the importance of adequately treating acne in order to avoid these non dermatological side effects.

## Aetiology :

Acne has a complex aetiology, involving abnormal keratinisation, abnormal hormonal function, bacterial growth, and immune hypersensitivity. The disease is limited to pilosebaceous follicles of the face and upper trunk because the sebaceous glands in these regions are particularly active. The primary acne lesion is the "blackhead" or (microcomedo), an impaction and distension of the follicle with improperly desquamated keratinocytes and sebum.

At puberty, when androgens stimulate the production of sebum, pre-existing comedones become filled with lipid and may enlarge to become visible. Subsequently, some patients also begin to show signs of inflammation. Comedones that become inflamed are nearly always clinically invisible before the pimple develops.

Inflammatory acne is the result of the host response to the follicular inhabitant *Propionibacterium acnes*, which is a member of the normal flora and is a harmless commensal. The organism metabolises sebaceous triglycerides, consuming the glycerol fraction and discarding free fatty acids. As a consequence of growth and metabolism, *P. acnes* produces neutrophil chemoattractants. *P. acnes* also activates complement and is generally inflammatory when brought into contact with the immune system.

## Assessment of disease severity and impact on patient

The first step in treating acne is to determine the severity of the disease.

Grading schemes that depend only on lesion counts are of greater use in clinical studies than in clinical practice. It is better to focus on the most severe lesions present, because adequate treatment for them covers all lesser lesions. Acne can be classified into four main types: purely comedonal—that is, non-inflammatory acne—mild papular, scarring papular, and nodular or scarring acne.

## Treatment regimens

Before initiating acne therapy, adequate patient education is a high priority. Important considerations include the need for

العدد 15  
1432 هـ



Restylane  
by Allergan

Tafarod  
Merit Co. Ltd.

رعاية مشترك



عبد الرحمن بن محمد المنصور

رئيس التحرير

mansour2030@yahoo.com

## قبل قوات الاوان..!

**مع** الثورة التكنولوجية والزخم المعلوماتي العالمي الذي أصبح يمثل هاجساً كبيراً، خاصة للمتخصصين، فالمعلومة المتداولة التي تشر بفضل التكنولوجيا الحديثة، منها ما يؤثر سلباً، والبعض الآخر إيجاباً، وإن كان التأثير السلبي أكثر انتشاراً، لأن الأمر يتعلق بالصحة العامة المفترض عدم العبث بها، أو إخضاعها لتجارب غير مدروسة وغير مأمونة العواقب، فالتجارب والعلاجات التي تتجج مع إنسان، ليس بالضرورة نجاحها مع إنسان آخر، بل ربما تجر كثيراً من المضاعفات التي لا علاج لها..

قد يظن البعض أني أدعو إلى عدم الاعتماد على التكنولوجيا المتقدمة في الاتصالات والعلاج وغير ذلك من مناحي الحياة المختلفة، ولكنني أدعو ويصدق إلى الاحتياط، وأخذ الحذر، فالصحة غالية لا يقدرها إلا فاقدها.

كثيراً ما نسمع عن علاجات تكنولوجية جديدة هي ظل الطفرة العلمية العالمية، والتقدم الهائل الذي يشهده العالم، فتسارع للتجريب، وليس هناك حاجة ضرورية لخوض غمار التجربة، بل يتم اللجوء إلى تجريب كل جديد من قبيل الوجاهة، وربما الرفاهية، وحب التفاخر، وإذا نجحت التجربة، يتم تداولها عبر وسائل الاتصال المختلفة والتضخيم منها وفوائدها العظيمة التي لم يرها حتى القائمون عليها، ولكنه حب المظاهر، وأن من قام بالتجربة كان له السبق، فتبدأ الفيرة النسائية، ولماذا لا يحربن ما جريته رفيقاتهن غير مدركين للعواقب الوخيمة لذلك، وغير عابئين بما ينفقونه من مبالغ طائلة على أشياء غير ضرورية، فعندما ظهر الليزر في علاجات السمرة ونزع الشعر وغير ذلك ازدحمت المراكز الصحية بالنساء يطلبن الحصول على الخدمة الجديدة بأي ثمن، ودون دراية بالمخاطر التي قد يتعرضن لها، المهم عندهن أنهن عندما قرأن إعلاناً أو شاهدنه على شاشات التلفزيون، سعين بكل سرعة لتكون لهن الأسبقية للتفاخر على أقرانهن الأخريات.. فهل يعقل ذلك؟

قد يكون المتلقي على حق عندما يقول إن المفترض في السلعة أي سلعة يتم الإعلان عنها أنها بالضرورة جيدة ومأمونة الاستخدام، ومن هنا أيضاً يأتي دور وسائل الإعلام ووسائل الاتصال المختلفة التي تسعى لاجتذاب أصحاب المنتجات الجديدة للإعلان عنها في صحفهم ومجلاتهم وقنواتهم دون التحقق من جدوى المنتج، فمتى نضع سلامة المستهلك قبل حتمية ملء الخزائن؟..

قد لا نحتاج لفهم اللغات قدر احتياجنا لتقارب القلوب وصفاء النيات.

رئيس التحرير

mansour2030@yahoo.com



د. سليمان الحبيب  
DR SULAIMAN AL HABIB  
المجموعة الطبية medical group



للاستفسار والحجز  
المركز الطبي العليا  
هاتف: 4622224  
تحويلة: 9

د. عبد العزيز بن ناصر السدحان

استشاري طب الأمراض الجلدية  
وجراحة الجلد والعلاج بالليزر



الزمالك الكندية

البهرد الأمريكي

www.dermarksa.com

www.dermarksa.com



# VICHY

LABORATOIRES

هل تعتقد أن تساقط الشعر أمر لا بد منه؟  
ليس إذا بادرت بالعلاج

## DERCOS

ANTI-HAIR LOSS

المقاوم لتساقط  
الشعر، بالأمينوكسيل  
فاعلية أثبتت طبياً  
بعد ٦ أسابيع

تم اختياره داخل المستشفى  
بإستعماله يومياً مع ١٣٠ رجلاً:  
تفوق مراحل نمو الشعر بنسبة ٨٪  
مقارنةً بعلاج وهمي.



علاج لمدة شهرين متتاليين مرتين في السنة بدون آثار جانبية.

VICHY الصحة تكمن أيضاً في سلامة البشرة

[www.vichy.com](http://www.vichy.com)