

الشمانيا:

ذبابة الرمل..

الناقل الرئيس للمرض



الحياة

مجلة تصدرها الجمعية السعودية
لامراض وجراحة الجلد
العدد السادس ١٤٢٧ هـ

قضم
الأظفار

يشوه الأصابع
على تدمير الجلد
وينقل الجراثيم وينتشر

الشم كحل لا تقي
بريئة من ظهور حب الشباب

الجراح:

ما حدث مع نانسي غير صحيح..
ولو فعلت لكنت سكبت عليها الشاي فعلاً



الضوء النباض المتغير (VPL) Variable Pulsed Light الجيل الأحدث في تقنية إزالة الشعر ومعالجة البشرة بالضوء.

Energist Ultra VPL™
Variable Pulsed Light
The Next Generation in Pulsed Light

يمكن النجاح الفائق لجهاز Energist Ultra VPL في طاقته الكبيرة والتي تصل إلى ٥١ جول/سم² ونظام تحكمه المتقدم والذي يتيح أكثر من "840" منظومة أداء ، هذا النظام الذي يسمح للمعالج أو المعالجة الإستفادة من طاقة الجهاز العالية بإستخدام طاقات عالية لفعالية أكبر ونتائج أفضل مع الحفاظ على سلامة البشرة بإختيار منظومة النبضة التي تلائم ليس فقط كل مريض ومريضة بحسب لون ونوع وحالة البشرة وإنما التي تلائم أيضاً المنطقة المراد معالجتها .

طاقة فعالة ، قدرة إنتقاء غاية في الدقة ، وقيمة مدروسة ؛
تجعل من جهاز Energist Ultra VPL الخيار الأفضل!

المعالجات:

- التخفيف الدائم للشعر غير المرغوب فيه
- حب الشباب
- إعادة حيوية البشرة
- آفات الأوعية الدموية (الإحمرار، الشعيرات الدموية)
- التصبغات السطحية الشمسية



ENERGIST
Ultra

إمداد :mdad

جودة | خبرة | خدمة

أرقى تقنيات معالجات الجلد والبشرة وقوام الجسم

المملكة العربية السعودية - الرياض: الهاتف ٩٦٦ ١ ٤٦٥٠٣٧١ ، الفاكس: ٩٦٦ ١ ٤٦٤٩٢٢٥ ، جدة: الهاتف: ٩٦٦ ٢ ٦٤٥٠٦٤٤ ، الفاكس: ٩٦٦ ٢ ٦٤٥٢٤٢٥
الخبر: الهاتف: ٩٦٦ ٣ ٨٩٤٥٠١٥ ، الفاكس: ٩٦٦ ٣ ٨٩٤٣٦٠٢

ADAMA
Hospital & Clinics



أدمة

مستشفى وعيادات

جلدية / جراحة التجميل ✨ العلاج بالليزر ✂ زراعة الشعر ✂ عناية بالبشرة

حب الشباب وآثاره



علاج جميع أنواع ندبات حب الشباب وهي:-

- النقشي
- الخطي
- المنخفض
- المطوي
- فقدان الدهون في الخدين

جدة

الرياض

6600000 4660000

نثقف ونعالج

مجلة تصدرها الجمعية السعودية
لامراض وجراحة الجلد
ردمد ٢٣٣٠-١٦٥٨
رقم ايداع ١٤٣٦/١٢٤

المشرف العام

د. عمر بن عبد العزيز آل الشيخ

الهيئة الاستشارية

د. عبدالله بن محمد العيسى
د. عبد العزيز بن ناصر السدحان
د. صالح بن خالد الرشيد
د. غادة بنت عبد العزيز آل سيف
د. خالد بن محمد العبود
د. ياسر حسن شيخ

رئيس التحرير

عبد الرحمن بن محمد المنصور



عنوان الجمعية السعودية

لامراض وجراحة الجلد
المملكة العربية السعودية-الرياض
ص.ب ٤٤٦٨ الرمز البريدي ١١٦١٤
هاتف: ٢٤٨٨٣٥٥٣
فاكس: ٢٤٨٢١٤١
الموقع على شبكة الانترنت:

www.ssdds.org

المراسلات باسم رئيس التحرير

الفهرس الجلدية



البهاق

مرض غير معدٍ.. ولا يتبع
قانون «معدل» الوراثة



اساسيات الحفاظ على البشرة
كيف نتفادي
معالم الشيخوخة

السمنة منتشرة في العالم
أكثر من المجاعة

28



30

الارتكاريا التلامسية
إحدى صور الحساسية
من مواد التجميل





The Medical Concept of Skin Care
 المفهوم الطبي للعناية بالبشرة



I4

DDF®

Doctor's Dermatologic Formula

DALPHARMA
www.dolpharma.com



الأبعاد النفسية لمرض حب الشباب

40

المدير المسؤول
علي محمد المنيع

التصميم والإخراج والطباعة
الجريدة للخدمات الإعلامية



التحرير والتسيق الصحفي
الجريدة للخدمات الإعلامية

ص.ب. ٤٣٦٢ الرياض ١١٥٤١
هاتف: ٢٢٥٠١١١ (خمس خطوط)
فاكس: ٢٢٥٣٧٧٧

www.aljareeda.com.sa

التوزيع



الشركة الوطنية للتوزيع الرياض
هاتف: ٤٨٧١٤١٤ - فاكس: ٤٨٧١٤٦٠

الاشتراكات والإعلانات
الجريدة للخدمات الإعلامية

المملكة العربية السعودية . الرياض.
حي المروج، طريق الملك عبد العزيز
ص.ب. ٤٣٦٢ الرياض ١١٥٤١
هاتف: ٢٢٥٠١١١ (خمس خطوط)
فاكس: ٢٢٥٣٧٧٧

support@aljareeda.com.sa
participation@aljareeda.com.sa

باعو وهم الجمال سموم وعدوى ومخاطر أمنية وأخلاقية

44



عطارة أم عواد
يوجد لدينا كريمات تجميل
ازالة شعر - إزالة لشمس - إزالة حب الشباب - كوز



تحذير صحي

الوحشات.. قلق للآباء.. وضغط نفسي للأطفال

48



راعي مشارك

إمداد imdad

جودة | خبرة | خدمة

أرقى تقنيات معالجات الجلد والبشرة وقوام الجسم

المملكة العربية السعودية - الرياض: الهاتف ٠٩٦٦ ١١٦٥٠٣٧١، الفاكس: ٠٩٦٦ ١١٦٦٩٢٣٥
جدة: الهاتف: ٠٩٦٦ ٢٦٤٥٠٦٤٤، الفاكس: ٠٩٦٦ ٢٦٤٥٢١٢٥
الظهر: الهاتف: ٠٩٦٦ ٢٨٩٤٥٠١٥، الفاكس: ٠٩٦٦ ٢٨٩٤٦١٠٢



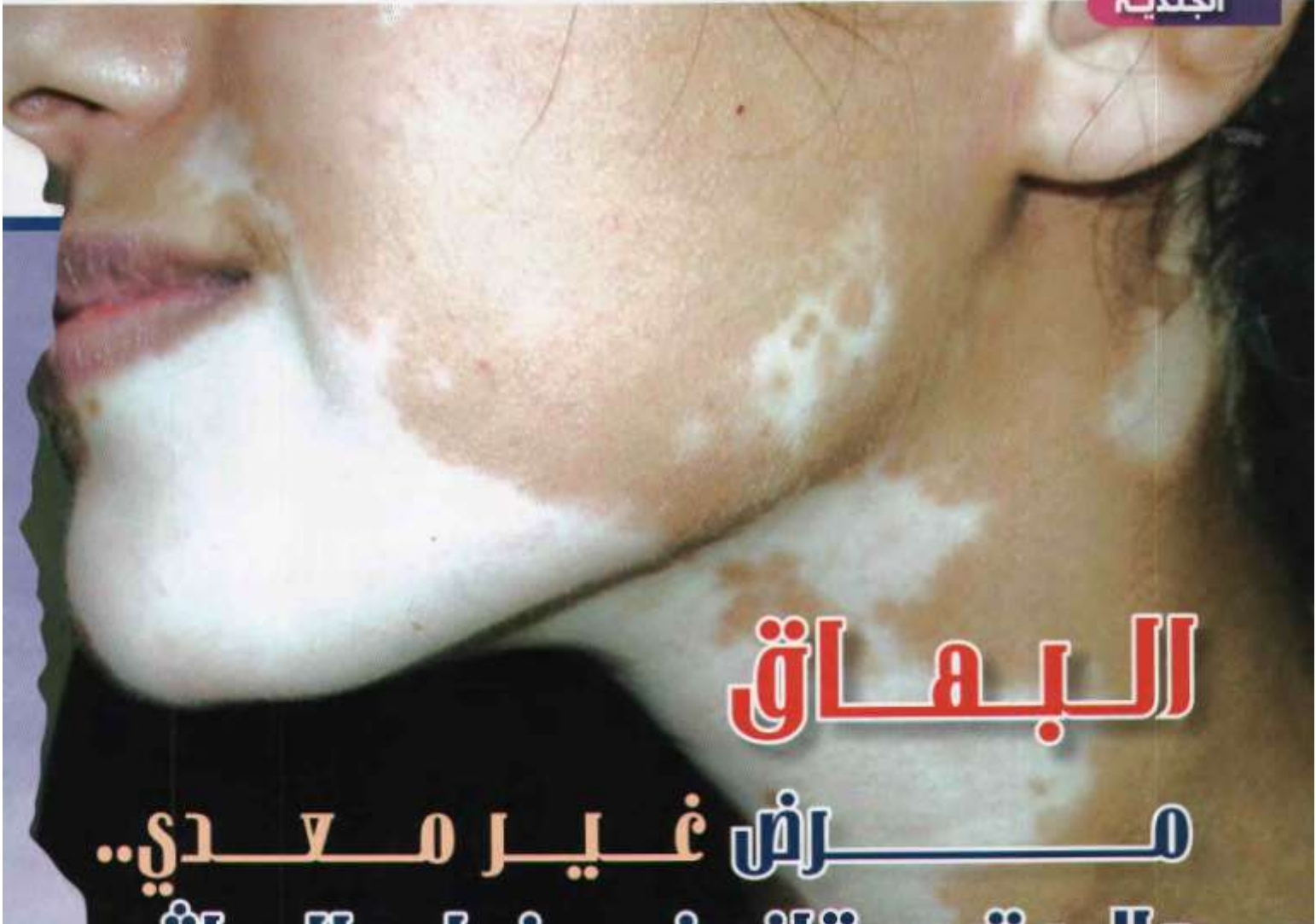
وأفئآت سماء الوطن

كلمتنا

يتزامن صدور هذا العدد وقد احتفلت البلاد باليوم الوطني، تلك المناسبة العالية على قلوبنا جميعاً فتذكرنا بإرساء قواعد العلم والأيمان والأمان بعد توحيد هذه البلاد على يد المؤسس الملك عبدالعزيز طيب الله ثراه مناسبة عزيزة تُعيد الذاكرة إلى سنوات مضت إلى أمجاد قامت واستمرت فنبع نور العلم وإضاء سماء الوطن أشعاعاً يملأ الأفاق فأنشئت المعاهد والكليات والجامعات وشيدت صروح العلم التي أنارت كل الدروب بأيدي أبنائه وبناته المخلصين. فيحق لنا أن نفخر بهذا الوطن وأن تبقى ذكرى اليوم الوطني في قلوبنا وقلوب الأجيال، وقد استمرت مسيرة العلم حتى أضحينا ننافس العالم بإنجازاتنا في مختلف المجالات العلمية والصحية والتقنية وغيرها، ولعل الحديث يقودنا لتناول دور الجمعيات العلمية والطبية وما أنتجته من تقدم على مختلف المجالات ويشكل اهتمامها بالبحث العلمي أحد أهم الأدوار التي تلعبها حيث يعد البحث العلمي من ركائز التقدم فتم اعتماد تلك الثقافة لتكون الرابط بين المجتمع وأبنائه ويتجه العالم بأسره إلى تفعيل دور المراكز البحثية لتكون انطلاقة علمية مدروسة تتجلى من خلالها صورة المستقبل ونستشرف عبرها الرؤية المستقبل واعد بإذن الله تعالى.

ونهجت الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد رسالة دعم البحوث وركزت عليها وعدتها من بين أهم الأهداف المبتغاة والمنشودة لذا فتحت العديد من قنوات التعاون بينها وبين الجامعات ووثقت تلك العلاقة مع القطاع الخاص فأضحت الشراكة قوية بينهما لتتكامل عملية تحقيق الأهداف من خلال المواءمة والتقارب القوي الذي يعزز الأهداف التي رسمتها تلك الجمعية لنفسها وبالتالي المساهمة البناءة والفعالة في تعزيز وتطوير البحوث العلمية إلى جانب الأدوار المساندة التي تدعم الأهداف العامة.

وتتطلع الجمعية إلى التوسع في دعم هذا المجال مع غيره من المجالات فزيادة ميزانية البحث العلمي والترجمة وقد بدأت وانطلقت كمشروع يتطور وينمو وفق خطة مدروسة ستبقى مع غيرها من المشاريع للأجيال المقبلة بإذن الله في هذه الدولة المباركة.



مريض غير مادي..
ولا يتبع قانون «معدل» الوراثي

البهاق من الأمراض الجلدية المعروفة منذ القدم، كما يعتقد أن كلمة (Vitiligo) قد جاءت من الكلمة اللاتينية (Vitian) أو (Vitellius) التي تعني البقعة البيضاء، وقد استخدم العرب - قديماً - كلمة (البرش) و(الوضح) تعبيراً عن البهاق.



د. عمر بن عبدالعزيز آل الشيخ *

نسبة الإصابة في منطقة الرياض تقارب 2.5% يصيب كل الأعراق بصورة متساوية

الإصابة، وقد يظهر مع البهاق أمراض جلدية أخرى، مثل الثعلبية أو الشامات الشيطانية (haloneavous). وهناك أمراض جلدية كثيرة تأخذ شكل البهاق منها ما هو عدوى فطري مثل (pityriasis Versicolor) أو عدوى بكتيري (Lep-rosy) أو حالات تحسس مثل (Pityriasis alba) أو شامات مثل (Neavous depigmantous) وهناك حالات خلقية تسمى (Pibaldism) يكون فيها البياض على شكل صبغة معينة. وقد يستخدم الطبيب الضوء الأسود للتأكد من عدم وجود صبغة في الجلد المصاب، ويكون الضوء الأسود مهما خاصة عند إصابة البهاق أصحاب البشرة البيضاء من نوع 1-3 حسب تصنيف (Fitzpatrick). وقد يضطر الطبيب إلى أخذ عينة من الجلد لتحليلها تحت المجهر والتأكد من التشخيص كما قد يستخدم المجهر الإلكتروني، وقد يضطر الطبيب لإجراء فحوصات مخبرية مثل فحص الدم وأيضاً تحليل وظائف الغدة الدرقية (TSH, T₄, T₃) والطب النووي، كما يمكن إجراء اختبارات لأمراض المناعة الذاتية مثل: Anti Thyroglobulin antibodies mictosomal An- (tibodies).

ويعد علاج البهاق على عدة عوامل منها مكان ظهوره على الجلد، ومدى انتشاره، إضافة إلى مدته الزمنية، فكلما بدأ في علاج البهاق مبكراً، كانت النتائج إيجابية، أما الطرق العلاجية فهي حسب الحالة، إما أدوية موضعية تساعد على نشاط الخلايا الصبغية، أو تهبيط المناعة الذاتية أو العلاج بالأشعة فوق البنفسجية، أو الليزر، أو الجراحة، أو زراعة الخلايا، أو اثنين أو أكثر من هذه الطرق، وفي الحالات الشديدة يمكن العلاج بالتيبيض (Bleaching) ولكن يجب أن تكون تحت إشراف طبي.

”دراسة تمت في كلية الطب جامعة الملك سعود مستشفى الملك خالد الجامعي للدكتور جمال الجارالله والدكتور عمر آل الشيخ وآخرون

البهاق عبارة عن خلل صبغي مكتسب، وفي بعض الأحيان عائلي يتميز بظهور مناطق بيضاء على الجلد أو الشعر خالية من الصبغة (Depigmented skin patches) وينتج عن محاربة خلايا المناعة الذاتية لخلايا الجلد الصبغية، مما يؤدي إلى فقدان الخلايا الصبغية، وفقدان المادة الصبغية المنتجة منها.

كما يصيب البهاق (Vitiligo) كل الأعراق بصورة متساوية، ويصيب أيضاً الصغار والكبار على حد سواء لكن تقل الإصابة بعد سن الخمسين، وقد أوضحت بعض الدراسات أن حوالي 25% من مرضى البهاق تكون إصابتهم قبل سن العاشرة، و50% تكون الإصابة بعد سن العشرين، وحوالي 95% قبل سن الأربعين.

وتقدر نسبة الإصابة في العالم بين 0.1 إلى 2% أما منطقة الرياض فتشير إحدى الدراسات* أن نسبة الإصابة تصل إلى 2.5%.

يعد البهاق وراثياً، لكن لا يتبع قانون مندل الوراثي. فقد أوضحت بعض الدراسات أن ما بين 20-30% من مرضى البهاق سجلوا وجوده في الأسرة، وكلمة وراثي - هنا - تعني أن فئة معينة من الأقارب أو الأسر معرضة للإصابة به أكثر من غيرها، كما هو الحال بالنسبة لمرض السكر، وتصلب الشرايين، لذلك لا يوجد مبرر للخوف من انتقال البهاق من الوالدين أو أحدهما إلى الأبناء، وقد تم حديثاً رسم الخارطة الجينية لهذا المرض في (Chromosomes 1p3) وهذا الجين يدل على احتمال الإصابة بأمراض المناعة الذاتية، وهناك عوامل كثيرة تسبب البهاق، وما زال السبب الرئيسي وراء هذا المرض غير معروف حتى الآن، وإن كانت توجد بعض النظريات تقترح المسببات مثل نظرية المناعة الذاتية (Autoimmune theory) وهي النظرية الأقرب إلى الصحة في نظرنا، كما توجد نظرية تسمم الخلايا الذاتي (Auto Cytotoxic theory) وأخيراً النظرية العصبية (Neurogenic theory).

البهاق من الأمراض غير المعدية، ولكن البعد النفسي للمرض يجعل منه معضلة، ويظهر على شكل بقع بيضاء ناصعة، ولكن قد تظهر في بعض الأحيان على شكل «بيضاؤ» باهت وتسمى هذه الحالة (Trichrome) أو ما كان يعرف قديماً بـ (vitiligo gradate) كما يمكن أن يظهر على شكل (quadrichrone) أي ظهور أربعة ألوان، الأبيض الناصع، البني الفاتح، البني الغامق، والأسود، وتتراوح أحجام بقع البهاق بين 5 سم-5 سم أو أكثر، ويكون انتشار المرض في الغالب عمر زيادة حجم البقع أو عن طريق ظهور بقع جديدة قد تكون بقع البهاق مصاحبة لالتهاب يسمى (Inflammatory Vitigo) وفي هذه الحالة تكون البقع ذات حدود حمراء ومرتفعة، وقد تكون مصاحبة بحكة شديدة، وتوجد خاصية يتبعها البهاق، كما تتبعها أمراض جلدية أخرى مثل الحزاز، والصدفية تسمى خاصية (Koebner) حيث يظهر البهاق في أماكن الإصابة، وقد يأخذ شكل

تقدر نسبة الإصابة به في العالم بين 0.1 إلى 2% السبب الرئيسي لهذا المرض غير معروف حتى الآن

* استشاري أمراض وحساسية الجلد

إمداد : imdad

جودة - خبرة - خدمة
أرقى تقنيات معالجة الجلد والبشرة وقوام الجسم



تقرير

الجلدية

مفاهيم خاطئة!!

الشك لا ينتج

بريئة من ظهور حب الشباب

نقدم هنا بعضاً من المفاهيم

التي ترسخت في الأذهان،
وظن كثيرون أن هذه المفاهيم أمور صحيحة،
ولكن ثبت خطأها علمياً، وها نحن الآن
بصدد تصويب العديد من الاعتقادات
والمفاهيم الخاطئة





حب الشباب يصيب المواليد.. ومن تخطوا سن الثلاثين

وهذا مفهوم خاطئ ولم تثبت الدراسات العلمية والابحاث اي علاقة بين العادة السرية وتفاقم حب الشباب، مع تأكيدنا على حرمة ممارسة هذه العادة وما لها من آثار نفسية على الممارسين لها.

زيادة الأدوية
لا تساهم أو
تسرّع في
مرحلة الشفاء

لحب الشباب، بل ان بعض مصححات العيوب تحتوي على مواد تستخدم لعلاج حب الشباب مثل مادة البنزويل بروكسايد وحامض الساليسيك.

ويجب الحذر كذلك من استخدام مواد التجميل المكتوبة عليها انها مصنعة من مواد طبيعية التي تحتوي على أعشاب قد تسبب في سد مسامات الجلد وبالتالي الى ظهور حب الشباب.

- حب الشباب يصيب فقط الشباب. هذا المفهوم خاطئ، فحب الشباب يصيب المواليد في الشهر الاول من العمر بسبب زيادة الهرمونات المكتسبة من الام وعادة يزول بعد اسابيع بدون اي علاج، وهناك بعض الأشخاص الذين يظهر عليهم حب الشباب بعد سن الثلاثين فهو ليس محصور على الأشخاص في سن البلوغ.

- حب الشباب ينتج عن قلة النظافة. هذا المفهوم خاطئ، لأن المسبب لحب الشباب هو زيادة الافرازات الدهنية وبقايا الخلايا الجلدية الميتة تحت البشرة التي يصعب ازالتها، ولكن غسل الوجه بالماء والمنظفات يوميا يساعد على المحافظة على نضارة البشرة، وينصح بعدم صنفرة البشرة بقوة وبكثرة لأن ذلك يساعد على زيادة حب الشباب.

- كلما زادت الأدوية التي يستعملها المريض لعلاج حب الشباب كلما كانت فرصة الشفاء اسرع.

هذا المفهوم خاطئ، حيث ان كثرة الأدوية المستخدمة لعلاج حب الشباب قد تسبب تهيج وجفاف للبشرة.

- ممارسة العادة السرية تؤدي إلى زيادة حب الشباب.

- تناول الشوكولاته والأكلات المقلية والزيوت والمكسرات تسبب وتزيد من ظهور حب الشباب.

هذا المفهوم خاطئ ومتداول بين كثير من المرضى، فليس هناك اي دليل علمي أو دراسات تثبت العلاقة بين تناول الشوكولاته والمكسرات وظهور حب الشباب بل الصحيح ان تناول هذه المأكولات بكثرة يزيد النورن ويؤثر على الصحة.

والدراسات الحديثة أكدت ان هناك علاقة بين تناول الحليب بكميات كبيرة وظهور حب الشباب بسبب وجود مادة اليود المسببة لحب الشباب والأمر ينطبق كذلك على تناول الأكلات البحرية التي تحتوي على مادة اليود بكثرة.

- الضغط على حب الشباب باليد يساعد على سرعة زوالها.

هذا المفهوم غير صحيح بل العكس فالضغط والعبث بحب الشباب يساعد على تفاقم المشكلة بسبب ظهور احمرار وتورم وكذلك تكون ندبات وصبغات في البشرة.

- امكانية زوال حب الشباب دون الحاجة الى علاج.

هذا المفهوم خاطئ، فهناك العديد من العلاجات المتوفرة الفعالة لحب الشباب وتركها بدون اي علاج يسبب مضاعفات كالتصبغات الجلدية وتكون الندبات التي تؤثر كثيرا على نفسية المريض.

- وضع المكياج على بشرة الوجه يسبب حب الشباب

هذا المفهوم غير صحيح، بشرط أن تستخدم المصابة المساحيق الصحيحة التي يكتب عليها انها لا تحتوي على مواد مسببة



الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد تستمر في دعم البحوث العلمية ومراكز التدريب

وإيماناً من الجمعية أيضاً بأهمية تحقيق أهدافها التي من ضمنها الرقي والرفع من كفاءة الأطباء من خلال استمرار التدريب، فقد قدم الأستاذ عمر بن عبدالعزيز آل الشيخ رئيس الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد ورئيس لجنة البحوث والتأليف والترجمة شيكاً بمبلغ ثلاثين ألف ريال لسعادة الأستاذ الدكتور مروان بن محمد الخواجة رئيس قسم الأمراض الجلدية في كلية الطب جامعة الملك سعود تمثل الدعم السنوي من الجمعية للمساهمة في تطوير مراكز التدريب للتخصص، وقدم الأستاذ آل الشيخ شيكاً آخر لسعادة الدكتور علي الرادوي رئيس قسم الأمراض الجلدية في مستشفى الملك خالد للحرس الوطني بمبلغ ١٥ ألف ريال يمثل الدعم السنوي من الجمعية للمساهمة في تطوير مراكز التدريب. وقدم شيكاً مماثلاً أيضاً لسعادة الدكتور طلال تلاب رئيس قسم الأمراض الجلدية بكلية الطب جامعة الملك خالد بأبها، ويمثل أيضاً الدعم السنوي من الجمعية للمساهمة في تطوير مراكز التدريب، كما قدم رئيس الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد ورئيس لجنة البحوث والتأليف والترجمة شيكاً بمبلغ ١٥ ألف ريال يمثل الدعم السنوي من الجمعية للمساهمة في تطوير مراكز التدريب لسعادة الدكتور عمر الأكلي رئيس قسم الأمراض الجلدية بكلية الطب جامعة الملك فيصل في الأحساء. الجدير بالذكر أن هذا الدعم يأتي من الجمعية للسنة الثانية على التوالي وبوتيرة متزايدة حرصاً من الجمعية على دعم البحوث ومراكز التدريب تحقيقاً لرسالتها والهدف المرجو من إقامة هذه الجمعية.



في إطار الدعم المادي والمعنوي المقدم

للبحوث العلمية
الخاصة بأمراض
الجلد، الذي
تبنته الجمعية
السعودية لأمراض
الجلد، وإيماناً
منها بأن تطور
وارتقاء الأمم يعتمد
بعد الله على عدة عوامل



د. عمر بن عبدالعزيز آل الشيخ

من أهمها البحوث العلمية، فقد قدم الأستاذ عمر بن عبدالعزيز آل الشيخ رئيس الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد ورئيس لجنة البحوث والتأليف والترجمة شيكاً بمبلغ خمسين ألف ريال لسعادة الأستاذ الدكتور مروان بن محمد الخواجة رئيس قسم الأمراض الجلدية في كلية الطب جامعة الملك سعود تمثل الدفعة الأولى لدعم البحث المقدم من الدكتور الخواجة ومن الدكتورة غادة بنت عبدالعزيز بن سيف. ويأتي هذا البحث تحت عنوان (استخدام الميثيل بريدنيزولون بالطريقة النبضية الضخمة عن طريق الفم في علاج الحالة البقعية المستعصية العلاج)، Oral mega pulse ethyprednisolone in severe therapy resistant alopecia areata.

بيان رسمي يحذر من إعلانات الجمال الزائفة ملاحقة قانونية ونقابية لكل متجاوز

تموت مريضة أثناء «عملية» شفط أو يتشوه وجه أخرى أثناء «عملية» حقن. الإعلانات التي تظهر في معظم الصحف تذكر الأطباء بفقرة في القانون رقمها ١٥٣ للعام ٢٠٠٤ تلزم كل منشأة طبية بلائحة آداب المهن الطبية في كل تصرفاتها، لا سيما في وسائل الدعاية والإعلان بحيث «لا يتم الإعلان عن المنشآت إلا بعد الحصول على موافقة الوزارة وألا يتضمن الإعلان طرق التشخيص أو العلاج». وعلى رغم ذلك، فإن الإعلانات مستمرة، والمنشآت التي يقوم بعضهم فيها بأعمال لا يُسمح أن يقوم بها إلا الطبيب، مثل إزالة الشعر بالليزر، وحقن «البوتوكس» وسواها، مستمرة في عملها. وينادي بعضهم الآن بأن تصدر الوزارة ما هو أقوى من مجرد «المناشدة» حفاظاً على أرواح الملايين من اللاهثين وراء الجمال والرشاقة ولو كانا زائفين.

لم تجد وزارة الصحة المصرية طريقة أفضل من نشر بيان رسمي في الصفحات الأولى من الصحف القومية في صيغة «تهديد ووعيد» لأصحاب المنشآت الطبية والأطباء الذين باتوا يعرضون خدماتهم في صفحات الجرائد في شكل أبعد ما يكون عن المهنية الطبية. هذا طبيب يضع صورته إلى جانب إعلانات العقارات والأثاث المستعمل المعروض للبيع، معلناً أنه يستقبل مرضاه الراغبين في زرع شعر الرأس، أو شفط دهون الأرداف أو حقن «البوتوكس» في الوجوه في عيادته الكاشة في شارع كذا. منشأة طبية تستعين بصور فتيات أوروبيات طاغيات الجمال وتعد القراء بنتائج مطابقة من خلال «جراحات التجميل والجلد والليزر»، وهناك وعد بالتخلص من تجاعيد الوجه بسرعة ومن دون جراحة، وآخر بتسقيع الجسم جراحة ومن دون تخدير، وعلاج لتساقط الشعر والصلع والبشرة بالحقن الموضعية وقائمة طويلة جداً من وعود الجمال التي تظهر آثار بعضها في صفحات الحوادث حين

تذكر

بعض الأخبار المنشورة هنا وهناك أن العديد من الدراسات تؤكد على ازدياد إقبال النساء على مراكز التجميل وأن النساء الخليجيات يقبلن بكثافة على تلك المراكز أكثر من غيرهن بحثاً عن الجمال والبهاء وأضحت عمليات التجميل تسيطر على العقول وأصبح التغيير المتكرر في الشكل هو المطلوب، هذا الأمر جعلني استرجع الذاكرة إلى الوراء قليلاً واسترخي ذهنياً باحثاً عن سبب حقيقي لهذا الموضوع وأتساءل لماذا هذا الإقبال مع ارتفاع نسبة التكاليف والتنافس المحموم بين تلك المراكز في جلب الزبائن فقد كانت النساء في السابق يتجملن بإبسط المساحيق الطبيعية المتوفرة (ديرمان، كحل، مشاط، حنا) وغير ذلك ومع ذلك كتبت أجمل وأروع القصائد في الغزل وهام مئات الشعراء في نسج الأبيات المفعمة بالحب والخيال وما تزال الأبيات والقصص تتردد لقوتها وجمالها حتى يومنا هذا، أما اليوم فمع عمليات التجميل والشد (المط) قل أن تجد الأبيات الرقيقة العذبة المؤثرة المليئة بالمعنى والمعبرة عن الجمال الحقيقي والطبيعي للمرأة وأسأل .. هل ساهمت تلك المراكز والمشاغل في التجميل أم لا ..، اعتقد أن وسائل التكنولوجيا الحديثة والفضائيات هي كذلك ساهمت بشكل كبير في تفعيل هذه الظاهرة ويمكن أن تكون مثل تلك المراكز وعمليات التجميل التي تجريها النساء قد ساهمت في التقليل من الصورة الحقيقية للجمال ولعل المراهقات هن من يقع ضحية لبعض تلك المشاغل أو المراكز التي لا يوجد لديها حتى المتخصص للقيام بتلك (الشغلات) وما ذهب وخُرب يصعب إعادته لطبيعته، أيضاً هناك بعض العطارين الذين تفننوا في إرهاب الجيوب واستنزاف الأموال بمواد وخلطات غالية جداً وذات تأثيرات صحية أثبتت المختبرات الطبية والمتخصصين والواقع ضررها الكبير على الصحة ومع ذلك تجد الإقبال المتزايد من مختلف الفئات المتعلمة وغيرها .. هذا كله يقودنا إلى أهم نقطة يجب أن نعيها ونذكرها جيداً ألا وهي الوعي .. الوعي .. الوعي ...

لمسة



عبد الرحمن بن محمد المنصور

الجمال الحقيقي... وجمال الخبثوني!

وقفعة:

من أعماق قلبي.... كل عام وانتم بألف خير.. وحفظ الله وطننا الغالي من كل مكروه وأدام علينا نعمة الأمن والأمان.

ورقة:

يقول البارودي في صورة شعرية جميلة:
نصت حبائل هديها فتصيدت
قلبي فراح فريسة الأهداب
ما كنت أعلم قبل طارقة الهوى
أن العيون.. مصائد الأبواب

* رئيس التحرير

العلاج يعتمد على مساحة المنطقة المصابة ومكانها



التحلية ليست مرفأ
معدياً ولا علاقة لها
بالنحو النفسية

تقرير

الجلدية



د. عبدالعزيز بن ناصر السجحان *

الثعلبة

تسبب الثعلبة خسارة الشعر على هيئة رقعة دائرية صغيرة والتي قد تختفي من تلقاء نفسها أو تستمر لسنين عدة وهو مرض واسع الانتشار ويشاهد عند ٢% من المرضى المراجعين للعيادات، وتنقسم إلى عدة أنواع وهي ١٠ الثعلبة المنطقية وتظهر بشكل بقع مختلفة العدد والحجم وتشاهد في شعر الرأس ويمكن أن تصيب أي منطقة في الجسم ٢. الثعلبة الكلية وذلك عندما تصيب الثعلبة كامل شعر الرأس ٣٠ الثعلبة الشاملة وذلك عندما ينتشر المرض في عدة مناطق من الجسم وحوالي ٥% من المرضى بالثعلبة المنطقية هم معرضون لخسارة شعر الرأس كاملاً (الثعلبة الكلية) أو حتى شعر الرأس والجسد (الثعلبة الشاملة) حيث أن الجهاز المناعة ولاسباب غير معروفة يهاجم جذر الشعر ويسبب في تساقطه.

من يصاب بالثعلبة؟

يحدث هذا المرض حول العالم ولكل الجنسين وفي كل الاجناس لكن اكثر الناس اصابة به هم البالغين والصغار لكن كل الاعمار عرضة للاصابة به وحوالي ١ من ٥ اشخاص مصابين بالثعلبة لهم عضو في العائلة مصاب بنفس المرض.

ماهي اعراض وظواهر الثعلبة؟

يبدأ ظهور المرض على هيئة بقع دائرية صغيرة بحجم قطعة النقود وهي الاكثر شيوع في الظهور على فروة الرأس لكنها قد توجد في أي منطقة مكسوة بالشعر في الجسم كما كالحاجبين أو الرموش أو اللحي وقد يتساقط الشعر ومن ثم يعود للنمو في العادة لا تترافق اعراض مع هذا المرض لكن قد يوجد هناك شعور بعدم الارتياح أو حكة قبل ظهور الرقعة الجديدة كذلك قد تظهر تغيرات في الاظافر وتحدث عند ٢٠% من المصابين.

ما مسببات الثعلبة؟

لا يعد هذا المرض معدياً بل هو مرض ذاتي المناعة يهاجم فيه جهاز المناعة في الجسم ذاته، في هذه الحالة يهاجم جزيئات الشعر والضغط النفسية ليس لها علاقة بالاصابة بالثعلبة كما هو الاعتقاد السائد عند كثير من الناس والكثير من المرضى ليس عندهم أي ضغط نفسي كما ان الضغوط النفسية موجودة عند كثير من الناس الغير مصابين بالثعلبة. وقد تكون الثعلبة مصاحبة لأمراض أخرى كالبهاق وأمراض الغدة الدرقية والانيميا الخبيثة واضطرابات الغدة الكظرية.

ما الفحوص التي تجري للتأكد من الثعلبة؟

في العادة يكون التشخيص واضحاً وفي الحالات النادرة يمكن أخذ عينة للتأكد من التشخيص وعمل بعض الفحوصات للتأكد من عدم ارتباطها بالأمراض المذكورة سابقاً.

هل سيعود الشعر للنمو؟

نعم فمن المحتمل عوده الشعر للنمو لكنه قد يتساقط ثانية وتختلف دوره المرض هذه من شخص لآخر ولا يستطيع أحد التنبؤ متى سيعود الشعر للنمو أو التساقط ثانية وفي بعض الاشخاص يستمرون بخسارة الشعر ثم عودة نموه لسنوات عدة لكن الامر الجيد ان امكانية عودته للنمو دون التساقط ثانية هو امر ممكن وجوده حتى عند الاشخاص الذين خسروا جميع شعر الرأس كذلك ممكن ان يعود الشعر للنمو باللون الابيض او على هيئة شعرات رقيقة لكن قوام ولون الشعر الاصلي قد يعود لاحقاً.



ماهي العلاجات المتوفرة؟

يعتمد علاج الثعلبة على مساحة ومكان المنطقة المصابة رغم ان بعض العلاجات قد تحسن نمو الشعر فان رقعا جديدة من خسارة الشعر تستمر بالظهور.

تعد مركبات الكورتكوسترويد عقاقير مضادة للالتهاب تكبح عمل جهاز المناعة ويمكن اعطائها على هيئة ابر تحقن في المناطق التي تساقط فيها الشعر او اخذها على هيئة حبوب او دهنها على المناطق المصابة. يحقن الستيرويد كل ٤ اسابيع مباشرة في المناطق التي تكونت فيها الرقع المجردة من الشعر على فروة الرأس او الحاجب او اللحية وعادة ما يعود الشعر للنمو حوالي بعد ٤ اسابيع من الحقن اما بالنسبة للستيرويد المدهون مباشرة على المناطق المصابة فانه اقل فاعلية من الحقن اما تناول عقاقير الكورتيكوسترويد عن طريق المم فانه قد يسبب اثاراً جانبية لذا فان استخدامها لا يعد امراً روتينياً لكنه قد يستخدم في ظروف محددة.

قد يساعد استخدام محلول 5% minoxidil موضعياً في تحسين نمو الشعر في حال وجود الثعلبة المنطقية فاذا استخدم هذا المحلول مرتين يومياً على فروة الرأس والجفن واللحية فانه قد يحفز الشعر عند البالغين والصغار المصابين بالثعلبة وعادة ما يبدأ الشعر الجديد بالنمو في حوالي ١٢ اسبوعاً.

كذلك يمكن استخدام Anthralin وهو مركب شبيه بالقطران التركيبي (صناعي) مادة تعمل على تغيير اداء جهاز المناعة في المناطق المصابة من الجلد ويتم وضعه من ٢٠-٦٠ دقيقة ومن ثم يغسل حتى لايسبب تهيجاً للجلد فالتحج غير مرغوب به حتى يتمكن العقار من تحفيز الشعر للنمو ثانية في المناطق المصابة بالثعلبة وقد يزيد الجمع بين هذه العلاجات من فاعلية العلاج ومن المرجح ان يعود الشعر للنمو في فترة ٨-١٢ اسبوع.

أشعة اليوفا كانت من العلاجات المستخدمة سابقاً ولكن قل استعمالها بسبب الانتكاسات بعد التوقف من العلاج والاثار الجانبية الناتجة منها.

استخدام المواد المحسسة الموضعية مثل مادة DCP حيث تسبب هذه المادة اكزيما تحسسية بعد دهنها على المنطقة المصابة حيث يقوم الطبيب المعالج باستخدام تركيز ٢% اول مرة ثم يتبع ذلك اسبوعياً بدهن المنطقة المصابة بتركيز منخفض كل اسبوع وذلك لاحداث اكزيمة تحسسية في المناطق المصابة ويجب الاستمرار في العلاج لفترة ٦ أشهر قبل الحكم على فاعلية العلاج وأظهرت الدراسات ان هذه المادة تؤدي لاعادة نمو الشعر بنسبة تصل الى ٥٠%.

بدائل اخرى

من الخيارات المهمة استخدام الباروكه او اغطية الرأس او القبعات او الاوشحة ومن الجدير بالذكر ان استخدام غطاء للرأس لن يعيق نمو الشعر بل يعد خياراً جيداً للأشخاص المصابين بحساسة كثيرة لشعر فروة الرأس ولا يملكون شعراً كافياً لتغطية.

* استشاري طب الأمراض الجلدية وجراحة الجلد والعلاج بالليزر

تغطية الرأس لا تعيق نمو الشعر

الباروكه والقبعات بدائل ملائمة لمرضى الثعلبة





د. أحمد بن علي التركي *

أدب الخلف

بنظرة

شمولية لما يدور حولنا في مجالنا الطبي المحدود وفي المجالات الأخرى، وبنظرة عامة للأوضاع بشكل أكبر كأوضاع الحروب وغيرها لوجدنا أن الأسباب الرئيسية لوجود معظم هذه المشاكل والمآسي يعود إلى غياب لغة الحوار والتفاهم واحترام الرأي والرأي الآخر.

ففي المجال الطبي مثلاً يفترق الزملاء بسبب اختلاف وجهات النظر في علاج مريض هم جميعاً يسعون إلى الوصول لإيجاد الحل الأمثل لعلاجهم وهذا قد شهدناه كثيراً في حياتنا العملية حينما كنا في فترة التدريب وكيف كنا في نقاش حاد لدرجة تصل إلى حد الخصام أحياناً، ويتطور الأمر عندما يكون في الموضوع عمل خاص وتكون هناك إستراتيجيات مادية مختلفة كأن يكون لكل طبيب أو لكل مجموعة من الأطباء منشأتهم الخاصة، فالتنافس الطبيعى يتحول إلى تنافس غير طبيعى وتكثر الغيبة والنميمة والمشكلة إن هذا كله ليس بسبب ظاهراً إنما هي المنافسة البحتة و يفقد التعاون بين الزملاء بسبب اختلاف بسيط في وجهات النظر وهذا يؤدي إلى تأخر التطور المهني الذي يعتمد أولاً على تبادل المعلومات والاستفادة من

الخدمات المتوفرة، وهذا لا يصغر بأي حال من الأحوال من حجم الجهة المستفيدة، فإذا فكر الأطباء الذين يعملون في القطاع الخاص في الاستفادة بعضهم من بعض بطريقة مهنية إقتصادية بحتة فسيكون هذا دفعة كبيرة للمنشآت للرقي والتنافس على المستوى الإقليمي بل والعالمي أيضاً. ربما يبدو العنوان مختلفاً ولكن هو في النهاية الخلاف الذي يؤثر على كل شيء تأثيراً سلبياً خاصة الجانب الاقتصادي الاستراتيجي.

* استشاري طب الأمراض الجلدية وجراحة الجلد وزراعة الشعر



أشعة الشمس وأعراضها الصحية على البشرة

الشمس نعمة من نعم الله تعالى ولها فوائد عدة على الصحة والجسم ولكن التعرض الزائد لها قد يسبب بما يعرف بحرق الشمس وببساطة هي عبارة عن حدوث حرق أو احمرار أو تورم على الجلد بسبب التعرض لأشعة الشمس خصوصاً أشعة الشمس فوق البنفسجية المنبعثة من الشمس ولكنه قد يحدث أيضاً بسبب التعرض لمصادر باعثة للضوء فوق البنفسجي مثل صالونات التسمير وتختلف أعراض وظواهر الحروق الشمسية بين الأفراد تبعاً لتصنيفهم ضوئياً وطول تعرضهم للأشعة فوق البنفسجية فقط يسبب التعرض لفترة ١٥ دقيقة من أشعة شمس الظهيرة حرقاً شمسياً عند الأشخاص ذوي البشرة البيضاء أما البشرة الأغمق فإنهم قد يحتملونها لساعات، والبعض قد تجبرهم ظروفهم المناخية نتيجة لعامل الطقس وتباينة من منطقة لأخرى على مستوى العالم للتعرض أكثر من غيره وهناك من تحتم عليهم مهام عملهم التواجد لفترة طويلة تحت أشعة الشمس خاصة من يعملون في المزارع أو الطرق أو الصحاري أو غيرها...

لذا حاولنا من خلال هذا الموضوع تبين معنى حرق الشمس ومستوى تلك الحروق وما هي أعراضها وما هي المشاكل الصحية الناجمة من ذلك والتي أهمها تجاعيد وهرم جلدي مبكر ويقع بنية ونمش وتكون تقرنات شمسية وكذلك تكون سرطان جلدي، وأخيراً تطرقنا لموضوع العلاج.



عن انبعاث الضوء فوق البنفسجي وانخفاض في خلايا لانغرهانز والخلايا البدية والذين يلعبون دوراً أساسياً في جهاز المناعة في الجسم.

- ما الذي يسبب حروق الشمس؟

بغية أن نفهم أكثر مسببات حروق الشمس علينا إلقاء نظرة على الخصائص الأساسية للمجالات الكهرومغناطيسية وهذه المجالات تنقسم وفقاً لطول الموجة إلى 3 أقسام وهي الضوء فوق البنفسجي. (400nm) والضوء المرئي (400-760nm) والأشعة تحت الحمراء (760nm) كذلك ينقسم الضوء فوق البنفسجي إلى:

- ضوء فوق بنفسجي أ (uvb=320-400nm)

- ضوء فوق بنفسجي ب (uvb=290-320-nm)

- ضوء فوق بنفسجي ج (uvb=290nm)

يتم امتصاص الضوء فوق البنفسجي طبقات الغلاف الخارجية لذا فإنه لا يعد مشكلة للإنسان أما ال uva و uvb فهما المسببان الأساسيان للحروق ورغم ذلك إلا أن الجلد يتفاعل بطريقة مختلفة تجاه كل واحد منها.

- من هم المعرضون لحرق الشمس؟

يصنف الناس ضوئياً من ١ - ٦ مجموعات اعتماداً على لون الجلد أو الاحتراق عند التعرض للاشعاع فوق البنفسجي كما يلي:

الفئة رقم I تمثل الأشخاص الأكثر عرضه لتكوين حروق شمس من الفئة رقم VI، تسمى كمية الأشعاع فوق البنفسجي مقاسه بالطاقة لكل وحدة لتسبب احمرار في المناطق المعرضة لها ب (MED) أي جرعة الاحمرار الدنيا.

Minimal erythema dose وهي بوضوح

أقل عند الأشخاص ذوي التصنيف المنخفض في الجدول اعلاه.

عوامل أخرى تزيد من احتمالية حدوث

الحروق الشمسية:

- المناطق الأقرب لخط الاستواء

- المناطق ذات المسافة العامودية الاعلى حيث

يزيد اشعاع uv بنسبة ٤% كل ٣٠٠ متر علواً.

- تعرض الجلد للشمس ما بين الساعة ١٠

صباحاً - ٢ ظهراً حيث ان ٦٥% من الاشعاع

فوق البنفسجي يصل الأرض ضمن هذه

الأوقات.

- السماء الصافية: حيث ان الغيوم والتلوث البيئي يقلل من الإشعاع فوق البنفسجي.

- الانعكاس البيئي: حيث ان ٨٠% من الاشعاع فوق البنفسجي يعكسه الثلج والجليد.

- ما هي أعراض وظواهر وجود حرق شمسي؟

تختلف أعراض وظواهر الحروق الشمسية بين الأفراد تبعاً لتصنيفهم ضوئياً وطول تعرضهم للاشعاع فوق البنفسجي فقط يسبب التعرض لفترة ١٥ دقيقة من أشعة شمس الظهيرة حرقاً شمسياً عند الأشخاص ذوي البشرة البيضاء أما ذوي البشرة الأغرق فإنهم قد يحملونها لساعات.

عادة تحدث الأعراض والظواهر بعد ٢ - ٦ ساعات من التعرض وتكون في أقصى حدتها بعد مرور ١٢ - ٢٤ ساعة وقد تتضمن ما يلي:

- احمرار، تورم، حساسية أو تهيج، شعور بحرارة في الجلد عند لمسه، ألم.

- تكون ناضجات (في الحالات الأشد).

- قشعريرة وحمى (في الحالات الأشد).

يبدأ الجلد بالتقشر بعد مضي ٤ - ٧ أيام من التعرض للشمس وفي الحالات الأشد فقد يسبب حروقاً من الدرجة الثانية أو جفافاً أو خللاً في المحلول الكهربائي في الخلايا أو التهاب ثانوي أو صدمة أو حتى الوفاة.

- ما معنى حروق الشمس؟

حرق الشمس ببساطة عبارة عن حدوث حرق أو احمرار أو تورم على الجلد بسبب التعرض لأشعة الشمس خصوصاً أشعة الشمس فوق البنفسجية المنبعثة من الشمس ولكنه قد يحدث أيضاً بسبب التعرض لمصادر باعثة للضوء فوق البنفسجي مثل صالونات التسمير.

وإذا ما امعنا النظر ضمن إطار المستوى الخلوي، سنرى بان حروق الشمس تحدث تغيرات مجهرية في الجلد كإنتاج خلايا حروق الشمس الناتجة



15 دقيقة من أشعة شمس الظهيرة

كافية لإحداث حرق شمسي عند الأشخاص ذوي البشرة البيضاء

أساسيات الحفاظ على البشرة كيف نتفادي معالم الشيخوخة



Skin

د. غادة عبدالعزيز آل سيف*

البشرة

اليافعة مطلب كل إنسان على وجه العموم، وكل امرأة على وجه الخصوص، وليس المطلب الرئيس هنا نضارة البشرة، بل المحافظة عليها، وإبعاد شبح معالم الشيخوخة، خاصة المبكرة التي لا يكون لعامل السن والزمن دخل فيها.

للوصول إلى المعادلة الصعبة، أي بشرة يافعة، وإبعاد شبح الشيخوخة، لا بد من الالتزام ببعض العناصر الرئيسة، منها عدم إيذاء البشرة، ثم الوقاية من الشمس وأشعتها الضارة، وأخيرا العناية اليومية بالبشرة من خلال برنامج ثابت

- تورم البشرة.. يحدث تورم البشرة بسبب احتباس الماء في الجلد، ويمكن خطره، أنه يؤدي إلى شد البشرة المحيطة ومن ثم ترهلها بعد ذلك، وغالباً يحدث التورم حول العينين في ساعات الصباح الأولى وبعد الاستيقاظ وسببه قلة النوم.

- تعابير الوجه.. كثرة التعابير وتكرارها يؤدي إلى التجاعيد الحركية. ويجب أن يسأل الإنسان المحيطين به.. هل أنا ممن يقطبون وجوههم؟

إذا كانت الإجابة بنعم، فعليك أن تركز وتركزي على إرخاء عضلات وجهك بشكل دائم، وكذلك استشارة طبيب العيون إذا كنت تعاني من مشاكل في النظر.

- فرط استخدام المكياج.. يجب عدم ترك المكياج فترة طويلة على البشرة حتى لا يسد مسامها، وبالتالي تظهر البثور، كما يجب تجنب استخدام المكياج الدائم لأنه يحتاج إلى مزيات قوية عالية

أفضل واقيات الشمس لا توفر الحماية الكاملة!

التهيج حتى يزال تماماً.

- فرط التنظيف والصنفرة المنزلية.. تنظيف البشرة وصنفرتها باعتدال أمر جيد أما عكس ذلك فيؤدي إلى جفاف الجلد وحساسيته، كما يجب تجنب المنتجات التي تحتوي على كحول، كما يجب عدم تنظيف البشرة أكثر من مرتين يومياً.

الخطوات اليومية للعناية بالبشرة:

- العناية بالبشرة وتنظيفها مرتين يومياً بالماء الدافئ وعدم دك البشرة بشدة، ومن ثم تجفيفها بمنشفة ولكن بلطف.

- تونك.. ينصح به للبشرة الدهنية فقط.

- مرطب.. وواقي الشمس.. ضروري للجميع خاصة الواقي من الشمس، أما أصحاب البشرة الدهنية فلا حاجة بهم إلى المرطب، بعكس البشرة العادية والبشرة الجافة، فالمرطب يحسن منظرها، لكنه لا يعالج مظاهر الشيخوخة، لذا ينصح بالمرطب مرتين أو ثلاث يومياً.

- الصنفرة.. تقنية يتم بها إزالة الطبقة الخارجية الميتة من البشرة وأنواعها:

- استخدام أحماض الفواكه.

- التقشير بالانزيمات.

- التقشير الكريستالي.

وتؤدي الصنفرة إلى الحصول على بشرة نقية بيضاء، قليلة الدهون، مع زيادة قدرتها على امتصاص مواد العناية بالبشرة، لكنها لا تحسن تجاعيد البشرة أو شيخوختها، كما يجب عدم الخلط بينها وبين التقشير الكيميائي للبشرة، ويوصي بالصنفرة للسيدات فوق سن الثلاثين إن كانت بشرتهن باهتة، أو ذوات البشرة الدهنية، وتكون الصنفرة بشكل أسبوعي إلا إذا كانت السيدة بشرتها حساسة، وهنا يجب الابتعاد عنها أو استخدام مصنفرات خفيفة مع التقليل منها.

* أستاذ مساعد قسم الأمراض الجلدية
كلية الطب مستشفى الملك خالد الجامعي

أيذاء البشرة

من أخطر العوامل، أيذاء الفرد لبشرته بقصد، أو دون قصد، مما يؤثر سلباً وظهور علامات الشيخوخة مبكراً، ومن أهم العوامل التي يجب اتباعها تلافي العوامل المؤذية ومن أهمها:

- الأشعة فوق البنفسجية، فهي تسبب الشيخوخة المبكرة وحروق وسرطانات الجلد، ورغم وجود واقيات الشمس إلا أنها لا تحمي تماماً، كما أن تجنب الشمس مباشرة لا يمنع تأثيرها الضار، ورغم ذلك لا بد من الواقيات، ومنها واقيات فيزيائية، كأوكسيد الزنك التي تحمي من كل الأشعة (A-

B) التي تعد المسبب الرئيسي للتجاعيد وجفاف الجلد وحروق الشمس، وهذا النوع من الواقيات أكثر ثباتاً وأقل تحسناً للبشرة، ولكن عيبها الوحيد أن تظهر بوضوح على

البشرة. أما الواقيات الكيميائية التي تبدو شفافة على الجلد إلا أنها أقل حماية، كما قد تكون مهيجة لبعض أنواع البشرة، كما أنه تتلاشى سريعاً عن البشرة، وهناك ملحوظة هامة، فكما ذكرنا أن واقيات الشمس لا تحمي تماماً منها فإن الوجود في الظل أو في حجرة مضيئة بهاراً بضوء الشمس في المنزل فيجب استخدام واقيات الشمس.

- التنظيف القاسي.. يجب تجنب المنظفات القاسية التي تحتوي بكثرة على الصوديوم الذي يدخل في تركيب العديد من مستحضرات تنظيف الوجه، ويدخل أيضاً في تصنيع المنظفات المنزلية.

الكلور
والماء

الخطوات اليومية للعناية بالبشرة

الحار.. إن الكلور يحتوي على مواد مؤكسدة تقتل البكتيريا، ولكنه يؤثر سلباً على البشرة لذا يوصي بتجنبه، بالإضافة إلى الماء الحار، واستبداله بالماء الدافئ

- المهيجات.. إن المواد المهيجة تحطم خلايا البشرة، تؤدي إلى الالتهابات لذلك يجب على الجميع تجنب ما يهيج بشرتهم، حيث إن البشر يختلفون فيما يهيج بشراتهم.

- الالتهابات.. رد فعل من الجسم لأي أذى يصيبه من المواد المهيجة أو البكتيريا، وقد ينتج عنه غائياً زيادة أو نقصان في صفة الجلد، أو ينتج عنه علامات الشيخوخة المبكرة.



ومفاهيم يجب أن تصحح

إن التقدم في العمر وتعبيرات الوجه تترك آثارها على الوجه، وبهذا الشكل تظهر خطوط التجاعيد على الجبهة، وحول العين والتجاعيد عند عقد الحاجبين، كل هذا نتيجة الانكماشات المتكررة لعضلات الوجه، لمعالجة هذه التجاعيد فقط «البوتوكس»® هو الدواء الوحيد في العالم المعتمد من هيئة الأدوية والغذاء الأمريكية.

* ما الذي يظهر أولاً للتجاعيد أم الخطوط؟

طبعاً تتكون التجاعيد نتيجة كثرة حركة عضلات الوجه عند العبوس أو الاندهاش أو الضحك حيث إن حركة عضلات الوجه تؤثر على حركة الجلد الذي يتطبع على شكل العضلات تحته، ولذلك فإنه عند علاج هذه التجاعيد من البداية بالبوتوكس® يؤدي بعد مرور الوقت إلى ظهور الخطوط على الجلد متأثراً بالتجاعيد التي لم تعالج من البداية وهذه الخطوط هي إحدى علامات تقدم السن ومن المستحيل علاج هذه الخطوط بعد ذلك إلا بـ «البوتوكس»® فقط، أي: إن «البوتوكس»® ليس فقط علاجاً للتجاعيد ولكنه حماية للبشرة من ظهور الخطوط عليها في المستقبل.

* هل هناك «بوتوكس»® أصلي وآخر غير أصلي؟

فقط يجب التأكد أن المكتوب على الحقنة كلمة: «بوتوكس»® وأن شكل العبوة هو الشكل في الصفحة المقابلة.

* ما هو تركيز «بوتوكس»®؟

فقط ١٠٠ وحدة وما دون ذلك فهو مادة غير أصلية فلا يوجد «بوتوكس»® ٢٥ وحدة أو ٥٠، فقط ١٠٠ وحدة.

* كيف نفرق بين «البوتوكس»® الأصلي والمواد الأخرى غير الأصلية؟

كلمة «البوتوكس»® يجب أن تكون مكتوبة على الغلاف وعلى العبوة.
فقط ١٠٠ وحدة.
شركة الليرجان تكون مطبوعة على العبوة.
السعر الرخيص يعني أنه غير أصلي.

* كيف نتأكد من «البوتوكس»® داخل العبادة؟

قبل

بعد

– نسأل الطبيب أو من يستعمل العبوة أمام المريض، وأن نرى بأنفسنا كلمة «البوتوكس»® مكتوبة.

– أن يكون الطبيب طبيباً جليدياً أو جراحاً تحميل أن يكون مركزاً طبياً له سمعة محترمة.

* هل يستعمل «البوتوكس»® للتعبئة؟

خطأ شائع «البوتوكس»® يستعمل فقط في إزالة التجاعيد من الجبهة وحول العينين وبين الحاجبين وهو العلاج الوحيد في العالم المرخص من هيئة الأغذية والأدوية الأمريكية لعلاج التجاعيد.

* هل يمكن علاج التجاعيد بالكريمات بدلاً من «البوتوكس»®؟

بالطبع لا يمكن لأن التجاعيد ناتجة من حركة العضلات خلف طبقات الجلد ومن الناحية العلمية لا يمكن لأي كريم أن يصل لهذه العضلات ويعطي مفعول «البوتوكس»® من تمتد للعضلات وبالتالي شد الجلد وعلاج التجاعيد، أضف إلى ذلك أن شركة الليرجان المنتجة لـ «البوتوكس»® شركة عملاقة ولن تعجز أن تحول «البوتوكس»® من حقن إلى كريم إذا كان يؤدي إلى مفعول ولذلك لا يمكن أن يؤدي أي كريم مهما كان سعره إلى مفعول «البوتوكس»®.

لا توجد «كريمات» تؤدي مفعول البوتوكس نفسه

ليس علاجاً للتجاعيد فقط ولكن أيضاً حماية للبشرة من ظهور خطوط عليها

نصيحة هامة..

بمجرد أن تنطري في المرأة وتحدين التجاعيد تظهر مع تحريك عضلات الوجه لأعلى وعند العبوس وحول العينين عند الضحك مهما كان عمرك فلا تردد في بدء «البوتوكس»® لأنه سوف يحمي جلدك من ظهور الخطوط بعد فترة من الزمن.

– «البوتوكس»® يعمل على إزالة جميع التجاعيد بدون ترك أي أثر لتحصيلي على اطلالة طبيعية.

– لن تصدقي جمالك بعد وضع الماكياج بعد «البوتوكس»® بطراً لأن الجلد يكون بدون تجاعيد فيظهر الماكياج أفضل كثيراً.

– فقط في ١٠ دقائق وتحصلين على وجه خال من التجاعيد، أفضلها مرتين أسبوعياً وبحسابات بسيط فإنه اقتصادياً أوفر بكثير من استعمال كريمات التجاعيد شهرياً وبنتيجة هورية.

BOTOX®

اطلالة
طبيعية مع
البوتوكس®
فقط في

20
دقيقة

بدون ألم وبدون جراحة تحصلين على
وجه خالي من التجاعيد التعبيرية
والخطوط الجبهية لتستمتعي
بمظهر شبابي مع إطلالة طبيعية
لوجه جميل مليء بالحيوية والنضارة

إذا أردت مزيد من المعلومات عن البوتوكس® فقط ارسلي
إيميلك أو اتصلي على شركة الليرجان لتحصلي على
بروشور ومعلومات مجانية عن البوتوكس® وأيضاً للسؤال
عن العيادات التي تستعمل البوتوكس® الأصلي وخبرة من
يعمل فيها على الأرقام الآتية - الهاتف: 01-4624764
فاكس: 01-4653709 - جوال: 0504426483

او الإيميل التالي naggar.ahmed@sps.net.sa



«الميزوثيرابي» ثورة في عالم الجمال أم مجرد زوبعة؟



د. هاني الجهني*

ظهر مفهوم «الميزوثيرابي»

خلال العامين الأخيرين واكتسب شهرة واسعة خاصة في مجال علاج التكتلات الدهنية وصقل القوام وامتد استخدام هذا الأسلوب في مجالات تجميلية أخرى كاضفاء النضارة والألق على البشرة بالإضافة لتقوية نمو الشعر وتكثيفه.



يزيد نضارة البشرة ويحارب التجاعيد
فعال في صقل القوام ومساعدة في نمو الشعر



مثل جميع التقنيات الجديدة في العلاج صاحب ظهور «الميزوثيرابي» الكثير من المفاهيم المغلوطة والتي أدت إلى إعطاء هذا الأسلوب العلاجي صورة مبهمة سواء من النواحي التي يمكن تطبيق «الميزوثيرابي» بها أو نتائجه ونحاول هنا إعطاء صورة أكثر وضوحاً وأقرب إلى الحقيقة العلمية حول هذا الأسلوب العلاجي الذي يعتبر حديثاً في ظهوره في مجتمعنا ويجب أن نتقنه أن جزءاً من عدم وجود تصور واضح عن هذا الأسلوب العلاجي بأنه من واقع علمي حيث إنه لا يوجد إلا عدد قليل من الدراسات العلمية التي تعرض لهذا الأسلوب، حتى الدراسات العلمية التي كان «الميزوثيرابي» موضوعها لا ترقى إلى الدراسات العلمية من حيث استخدام المناهج العلمية في الدراسات الطبية.

وعليه فإن معظم الخبرة الطبية والعلمية في هذا المجال يتم استنباطها من خلال خبرات الأطباء الذين لهم تجربة طويلة في هذا المجال أو من الدراسات التي تقوم بها الشركات المنتجة لمواد «الميزوثيرابي» التي تتعرض للجوانب الإيجابية في هذا النوع من العلاج ولكن يجدر القول إنه في أوروبا وخاصة في فرنسا هناك تاريخ طويل لاستخدام «الميزوثيرابي» ونتائج جيدة تفسر استمرار استخدامه كأسلوب علاج، بل إن هناك جمعيات علمية محلية في أوروبا لممارسي هذا الأسلوب العلاجي تنظم عملهم وتطور من أساليب العلاج، وبالتالي يجدر بنا القول إنه رغم وجود هذا الأسلوب العلاجي في دول متطورة أوروبية واعتماد على وجود نتائج معقولة يلمسها الذين يتم علاجهم بهذا الأسلوب لا يمكننا تجاهل «الميزوثيرابي» كأسلوب علاجي، ولكن هناك بعض الجوانب التي يجب إيضاحها عن «الميزوثيرابي» لعل من أهمها.

أن العلاج «الميزوثيرابي» يتم تقديمه من خلال أشخاص لا يعرف التأهيل العلمي لهم وذلك تحت غطاء المشاغل والأندية الصحية وهذا يفتح مجالاً واسعاً لحدوث أخطاء طبية دون القدرة على معالجتها أو التوقف حال حدوثها من قبل الممارس لهذا الأسلوب وذلك لعدم حصوله على التأهيل المناسب أو وجود خبرة طبية كافية لتقديم الأساليب العلاجية والذي يلاحظ أيضاً مبالغة بعض مقدمي هذا الأسلوب العلاجي عن نتائج العلاج «بالميزوثيرابي» وإعطاء تصور بأنه بديل لشفط الدهون في صقل القوام وبدل للعلاجات التقليدية في علاج الصلع كزراعة الشعر وما إلى ذلك من ادعاءات طبية ليست صحيحة.

والواقع أن «الميزوثيرابي» ذو فعالية جيدة حال اختيار الحالة المناسبة له فبإمكان «الميزوثيرابي» المساعدة في صقل القوام أو المساعدة في نمو الشعر لكن عند وجود مشاكل محدودة تستجيب للعلاج «بالميزوثيرابي» وليس كبديل للحالات التي تحتاج شفط دهون أو زراعة شعر أو تقشير بالليزر لإزالة ندبات جلدية وخلافه، بل تقتصر فعاليته على حالات

محدودة مثل التكتلات الدهنية المحدودة في بعض المناطق في الجسم، كذلك بعد عمليات شفط الدهون وأما البشرة فـ«الميزوثيرابي» يساعد على إضافة ألق ونضارة للبشرة والمساعدة على محاربة التجاعيد، وذلك كجزء من برنامج متكامل للعناية بالبشرة يشمل استخدام مستحضرات ذات تركيبات فعالة وقد يمتد لاستخدام التقشير السطحي أو المتوسط سواء بالليزر أو التقشير الكيميائي عند الحاجة له.

كما أن استخدام المواد الداخلة بالعلاج «بالميزوثيرابي» هو علم قائم بذاته فالقدرة على معرفة المواد الفعالة التي يتم تسويقها عبر شركات منتجة عديدة من أنحاء العالم واستخدام أكثر هذه المواد فعالية دون الارتباط باسم شركة معينة أو دولة مصنعة معينة والقدرة على استخدام هذه المواد ضمن تراكيب ونسب خاصة هو فن أساسي يعتمد على نجاح العلاج «بالميزوثيرابي» وهو الذي يميز الممارسين لهذا الأسلوب والذين لهم خبرة طبية من الممارس الذي ليس له خبرة طبية وإنما يكون دوره بحقن أي مادة تقدم له من الشركة المنتجة وتقنعه بها وسائل الدعاية، وذلك لعدم وجود خبرة علمية كافية يستطيع من خلالها تمحيص هذه المعلومات ومناقشة الشركات للاطلاع على دراسات تدعم ادعاءات الشركات بفعالية هذه المواد ومن ثم يتم اختبار الأفضل للحصول على النتائج الجيدة، إن عدم توفر الخبرة الطبية لدى ممارسين هذا الأسلوب والمبالغة في نتائج «الميزوثيرابي» سوف تحول هذا الأسلوب العلاجي الجيد من ثورة جديدة في مجال التجميل إلى زوبعة لا توشك أن تبدأ حتى تنتهي.

* استشاري أمراض الجلدية والليزر

الدراسات تؤكد تأثير النيكوتين سلباً على شفاء الجروح التجاعيد تحفز المدخنين على الإقلاع عن السجائر

يُعدُّ التدخين أحد مسببات الوفاة التي يمكن تجنبها في كثير من البلدان وهو عبارة عن عادة ادمانية مقترنة بشكل وثيق بأمراض داخلية خطيرة تصيب الجسم مثل السرطان. أمراض الرئة، الأمراض المتعلقة بالقلب والأوعية الدموية، وكما يسبب التدخين أمراضاً جلدية، ومعرفة هذه الأمراض الجلدية بسبب التدخين يمكن أن تشكل أداة مهمة للأطباء لتثقيف وتحفيز المرضى للإقلاع عنه. لطالما شك الأطباء بأن من شأن التدخين إلحاق الضرر في شفاء الجروح خصوصاً في مرحلة ما بعد القيام بزرع أنسجة حية في جزء آخر من الجسم ففي عام ١٩٧٧م كشفت الأبحاث عن التأثير الضار للتدخين في عملية شفاء جروح اليد. ومنذ ذلك الوقت أكدت الدراسات هذه الحقيقة.

الوجه الحافز الأعظم للإقلاع عن التدخين حتى أكثر من تهديدهم للإصابة بسرطان الرئة أو أي من الأمراض الأخرى المقترنة بالتدخين والمهددة للحياة.

فقد أثبتت الدراسات بأنه عند المقارنة مع الجنس الأنثوي من غير المدخنات نجد بأن معظم المدخنات يعانين من جلد السجائر أي يكون الجلد رمادياً وشاحياً ومجعداً كما أنه وبدراسة كبيرة أجريت أكدت الحقيقة المعروفة مسبقاً بأن المدخنين يعانون من تجاعيد مبكرة في الوجه وأكثر عدداً مقارنة بغير المدخنين ومصطلح وجه المدخن يعبر عن هذه النظرية لكن في الواقع تميل النساء أكثر للمعاناة من التجاعيد التي يسببها التدخين لكن النسب تتباين بسبب عوامل أخرى كالتعرض للشمس والذي قد يكون مسؤولاً لا جزئياً عن هذه الملاحظة.

كما أن الاسكيمية المزمنة (فقر دم احتباسي) في الأدمة بسبب تأثيرات التدخين في تضيق الأوعية الدموية يعد أيضاً من العوامل المساعدة إضافة إلى ضعف صناعة الكولاجين بسبب الاسكيمية المزمنة والذي يمكن أيضاً أن يؤثر، كما من الممكن للعوامل المؤكسدة البديلة للتدخين المساهمة في إحداث تجاعيد الوجه المبكرة وبما أنه لا يعاني جميع المدخنين من «وجه المدخنين» فإن من الممكن للعوامل الجينية أن يكون لها دور أيضاً.

كما بينت دراسة بأن مدخني علبة سجائر يومياً هم أكثر عرضة بـ ٢ مرات للتعرض لموت موضعي للتسيج الحي من غير المدخنين كما أن مدخني علبتين من السجائر يومياً هم عرضة ٦ مرات للإصابة بالموت الموضعي للتسيج من غير المدخنين.

تتأثر إليه هذه النتائج الضارة بعدة عوامل فالنيكوتين في السجائر بسبب انقباض الأوعية الدموية في الجلد يسبب نقص تغذية الأنسجة بالأوكسجين كما يزيد التدخين الكريوكسي همغلوبين ومن مجموع الصفائح الدموية ومن لزوجة الدم ويقلل من مخزون الكولاجين وتشكل البروستاسيسلين -prosta-cyclin التي لها جميعاً تأثيرات سلبية في شفاء الجروح إضافة إلى أن انقباض الأوعية الدموية في الوجه حتى ٩٠ دقيقة، لذا فإن تدخين علبة واحدة يومياً يبطئ الأنسجة تعاني من نقص في الأوكسجين تقريباً طول اليوم رغم أنه لا توجد حقائق رسمية في هذا الشأن إلا أن العديد من جراحي الجلد يعتبرون أنه يكون من الحكمة نصح المريض بالكف عن التدخين على الأقل أسبوعاً قبل وبعد الجراحة خصوصاً إذا تطلب الأمر عملية زرع أنسجة.

التجاعيد

لم يمت أحد الآن من التجاعيد لكن أيضاً لا يوجد أمر من الأمور المتعلقة بآثار التدخين على الجلد يستقطب اهتماماً ورعاية أكثر من تسببه للتجاعيد فبالنسبة للعديد من المدخنين يعد تهديدهم بالمعاناة من تجاعيد

معظم المدخنات يعانين من «جلد السجائر»!
يحدث تغييراً في أداء كريات الدم البيضاء ونشاط الغدد العرقية

تلقت الصورة النمطية الألمانية عن الترتيب والنظافة صفة من قبل خبراء الصحة، الذين قالوا إن الألمان أصبحوا يتسببون في إصابة أنفسهم ومن حولهم بالمرض، لأنهم لا يغسلون أيديهم ولا يغيرون ملابسهم الداخلية بالقدر الكافي.

وجاءت النتائج الصادمة وسط إحصاءات تشير إلى أن أقل من نصف الأطفال الألمان، يتم حقنهم بالأمصال المضادة لأمراض الأطفال المعروفة مثل: الحصبة والسعال الديكي.

وأفادت دراسة صادرة عن مجلس الصحة الألماني شارك فيها ثمانية من خبراء الصحة "أصبحنا شعباً مهملاً للغاية فيما يتعلق بالسلوك الأساسي للنظافة الشخصية والأمان الصحي".

ويقول مارتين إكسندر مدير معهد النظافة والصحة العامة في جامعة بون الألمانية "على العكس لقد أصبح رفض حقن الأطفال أشبه بالموضة كما أصبح من المعتاد الاعتقاد أن الإفراط في النظافة قد يكون ضاراً بالصحة".

وأضاف "أخشى أن أقول إن الوعي البيئي يمثل جزءاً من المشكلة".

يعتقد الناس أنهم يخدمون البيئة عندما يستخدمون منشفة الشاي أو الإسفنجة نفسها لأيام أو لأسابيع بدلاً من استخدام المنشفة الورقية أو تلك التي تستعمل مرة واحدة. يعتقدون أنه سيكون من الأفضل للبيئة إذا لم يغسلوا أو يغسلوا ملابسهم كثيراً.

وتكون النتيجة أن يعيش الألمان حياة قذرة كانت لتصيب أجدادهم الأوائل بالرعب الشديد.

وقال الدكتور إكسندر "يجبر الأطفال في الحضانة على استعمال الشوك والملاعق نفسها واستخدام مناديل اليد نفسها اعتقاداً منهم أن المناديل الورقية أو أدوات الطعام التي تستعمل مرة واحدة ضارة بالبيئة".

وتظهر نتائج الدراسة أن أكثر من ١٠ في المائة من الألمان لا يكثرثون بغسل أيديهم بعد قضاء الحاجة. وذكرت الدراسة التي شارك فيها ثمانية آلاف شخص أن أكثر من ربع الألمان لا يغسلون أيديهم قبل إعداد الأطعمة التي تتضمن طهي اللحم النيئ أو الخضراوات.

وبمقارنة هذه النسب مع نظيراتها في بريطانيا والولايات المتحدة فإن الفارق يكون كبيراً للغاية حتى أن معدل غسل اليدين في إيطاليا فاق المعدل الألماني بمقدار ٣٠ في المائة.

واعتماداً منهم أن هذا يؤدي إلى الحفاظ على البيئة يستخدم كثير من الألمان مواد مطهرة ضعيفة، عند غسل ملابسهم أو أنهم لا يستخدمون أي مواد مطهرة على الإطلاق.

وقال إكسندر "ما لم تغسل الملابس الداخلية عند درجة حرارة ٦٠ درجة مئوية على الأقل، فإنه لن يتم التخلص من البكتيريا".

وأضاف أن هناك اعتقاداً متزايداً في الطب البديل وفقدانا للثقة بالأدوية.

التهاب الغدد العرقية القيحي Hidrad- enitis Suppurativa

شملت دراسة لـ ١٤٩ مريضاً بالتهاب الغدد العرقية القيحي ووجد بأن ٨٤٪ من النساء و٨٥٪ من الرجال الذين يعانون من هذه العلاقة لا تعد واضحة إلا أن الدراسة اقترحت بأنه من الممكن أن يساهم التدخين في تسبب التهاب الغدد العرقية القيحي وذلك بإحداث تغيير في أداء كريات الدم البيضاء ونشاط الغدد العرقية كما إن إفراز محتويات التبغ السام في العرق لها دورها أيضاً ضعف شفاء الجروح.

داء البثور الأحمض الراحي Pustul- plimoplantar losis

أجريت الكثير من الدراسات التي تدرس العلاقة بين التدخين وداء البثور الأحمض الراحي (PPP) وقد شملت أكبر هذه الدراسات ٢١٦ مريضاً مصاباً بـ PPP ووجد بأن ٨٠٪ منهم كانوا مدخنين مصابين بالمرض وفي الواقع يكون المدخنون عرضة لخطر الإصابة بـ PPP مقارنة مع غير المدخنين كما أظهرت دراسات أخرى بأن معظم المرضى المصابين بـ PPP (٨٠ - ١٠٠٪) مدخنون ولسوء الحظ لن يجني الانقطاع عن التدخين دائماً في تحسين حالة الـ PPP لكن احتمالية الكف عن التدخين في الوقت نفسه والتصميم على ذلك تعد جزءاً من برنامج العلاج أيضاً تعد العلاقة بين التدخين وتولد مرض الـ PPP وتطوره غير واضحة لكن إحداث تغير في أداء كريات الدم البيضاء على الأغلب هو العامل الأساسي.

دراسة:

الألمان لا يغسلون أيديهم ولا يغيرون ملابسهم الداخلية

السمنة منتشرة في العالم أكثر من المجاعة



يرى خبراء دوليون أن العالم شهد تحولا وأصبح عدد الأشخاص، الذين يعانون من السمنة أكثر من عدد الذين يواجهون مجاعة. ودعوا الحكومات إلى وضع استراتيجيات اقتصادية للتأثير في الأنظمة الغذائية الوطنية.

وقال البروفيسور الأمريكي باري بويكين أمام المؤتمر السنوي للجمعية الدولية للخبراء الاقتصاديين في مجال الزراعة، إن هذا الانتقال من عالم يعاني المجاعة، إلى عالم يعاني السمنة حصل بسرعة هائلة.

وأضاف بويكين أمام المؤتمر المنعقد قرب باريس في أستراليا أن "الواقع يشير إلى انتشار السمنة في العالم أوسع من انتشار سوء التغذية" مشيراً إلى أنه فيما تتراجع المجاعة ببطء، تنتشر السمنة بسرعة. وتابع أن هناك أكثر من مليار شخص في العالم يعانون من الوزن الزائد فيما هناك ٨٠٠ مليون يعانون من سوء التغذية. ويقدر عدد سكان الأرض بـ ٦,٥ مليار نسمة.

وتعتبر الصين نموذجا لهذه التغيرات، بعدما شهدت انتقالا كبيرا في النظام الغذائي من الحبوب إلى المنتجات الحيوانية والزيوت النباتية تراهق مع تراجع النشاط الجسدي مع انتشار أوسع للسيارات وزيادة ساعات مشاهدة التلفزيون. لكن بويكين الأستاذ في جامعة كارولينا الشمالية قال إن كل الدول فشلت في معالجة مشكلة انتشار السمنة.

وأضاف أن أسعار المواد الغذائية يمكن أن تستخدم لتغيير الأنظمة الغذائية لدى الناس وتشجيعهم على اعتماد خيارات صحية أكثر.

وقال "إذا تمت زيادة الأسعار على سبيل المثال على كل وحدة حرارية من المشروبات الغازية التي تستهلكها الناس ستستهلك كميات أقل منها".

وأوضح "إذا جرى دعم إنتاج الفاكهة والخضار، فإن الناس سيستهلكون كميات أكبر منها وسيتمتعون نظاما غذائيا صحيا أكثر".

يشار إلى أن اليابان تشهد أحد أدنى معدلات السمنة الزائدة في العالم، فيما تسجل الولايات المتحدة أحد أعلى هذه المعدلات.

وتتفق "العائلة اليابانية ما معدله ربع راتبها على المواد الغذائية، مقارنة مع أقل من ١٤ في المائة في الولايات المتحدة".

وقال إن "المدن اليابانية تعتمد على وسائل النقل العام والسير على الأقدام، في حين أن الأمريكي يتوجه بالسيارة إلى العمل والسوبر ماركت ويعتمد أقل ما يمكن إلى المشي".

وأوضح أن المواطن الياباني يمشي ما معدله ٦,٤ كيلو متر يوميا، في حين أن ربع الأمريكيين الراشدين تقريبا يمشون فقط مسافة ألف إلى ثلاثة آلاف خطوة يوميا.

- مجلة تصدرها الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلدية، في المملكة العربية السعودية.

- تهدف إلى الرفع من مستوى التخصص العلمي لأمراض وجراحة الجلد.

- تهدف مجلة «الجلدية» إلى رفع مستوى الوعي التثقيفي الصحي للمجتمع وتصحيح بعض المفاهيم الخاطئة.

- يشارك في إعدادها نخبة من الأطباء والطبيبات والاستشاريين المتخصصين من الكوادر الوطنية والمؤهلة في مجال الأمراض الجلدية وجراحة الجلد من مختلف المستشفيات والمراكز الصحية المتخصصة.

- تمثل مجلة «الجلدية» وسيلة إعلامية موثوقة بها للتعريف بأحدث الوسائل العلاجية والطبية الوقائية في مجال أمراض وجراحة الجلد وأبحاثها ودراساتها مما يساهم في نشر أكبر قدر من الوعي والمعرفة لدى أفراد المجتمع.



عنوان الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد

المملكة العربية السعودية-الرياض

ص.ب. 42362 الرمز البريدي 11541

هاتف: 11541 - فاكس: 11541

الموقع على شبكة الأنترنت:

www.ssdds.org

الجلدية

مجلة تصدرها الجمعية السعودية
لأمراض وجراحة الجلد
العدد الخامس ١٤٢٧ هـ



د. العبدان

المجلة

بإستخدام مسدس
ومنتج

شاركونا
النجاح
بتواصلكم

الكريمات المحتوية على
الشاي الأخضر تساعد
على تخفيف التجاعيد



الجلد والصيف

هذه الأمراض تزداد
في فصل الصيف

أبراهيم الصلال

الفرق قضيتي ولـ س مهنتي



الجلدية



إعلام موثوق به

ص.ب. 42362 الرياض 11541 - هاتف: 11541 - فاكس: 11541

www.aljareeda.com.sa

مواد التجميل والحساسية

الارتكاز على التلامسية إحدى موار

ما زال

الحديث عن مواد ومستحضرات التجميل يجد صدى كبيراً لدى كثير من النساء، والرجال على السواء، وما زلنا نقدم أفضل الطرق وأجدها لاختيار مواد التجميل واستخدامها، حتى يتجنب الجميع الحساسية التي تصاحب تلك المواد.

هناك بعض المعايير التي يجب الالتفات إليها، من أهمها اختيار المنتج الأسهل والأبسط في محتوياته، فكلما زادت كمية وعدد المواد الداخلة في تركيبة المستحضرات، زادت احتمالية الإصابة بالحساسية، كما يجب أن يراعى استخدام العطور على الملابس، وليس على البشرة مباشرة، وكذلك الحرص كل الحرص عند استخدام المكياج على البشرة لمدة طويلة، فيجب البحث عن منتجات أقل تحسناً وخالية من الفراقانس غير المسببة للزيتان.. كما يجب اتباع النصائح التي أوردت في هذا العدد والأعداد السابقة الخاصة بمواد التجميل.



د. صالح الرشيد*

هذه أعراض «حب الشباب التجميلي»

«الرقعة اللاصقة» الأفضل لتحديد نوع ال

حساسية من مواد التجميل

ماذا تعني بـ «قليل الحساسية»؟

يلاحظ الجميع هذه العبارة على كثير من عبوات المواد التجميلية، وتعني أن هذه المواد قد تم تطويرها مختبرياً بشكل يضمن عدم وجود مواد مفرطة التحسس داخل التركيبة الأساسية لمواد التجميل، ومثال ذلك المادة العطرية واللاونولين التي - غالباً - ما تكون خالية منها، قد نصحت الجمعيات الأوروبية بعدم وضع العبارة على المنتجات المصنعة هناك بسبب، أنها يجب أن تكون آمنة للمستهلك بدون وجودها.

ماذا تعني «مناسبة للبشرة الحساسة»؟

يعتقد ما يقارب من ٢٠-٣٠٪ من الناس أن بشرتهم حساسة، ومن الصعب تعريف هذه العبارة، ولكن قد يكون لهم سابق خبرة مع أنواع من الحساسية الجلدية غير معروفة الأسباب التي تحدث ضد المواد الكحولية، العطور، بروسيلين، وحلايكول التي تدخل في التركيب الأساسي للمواد التجميلية.

كيف يمكن الحماية من حساسية مواد التجميل؟

بداية يجب قراءة محتويات المادة التجميلية قبل الاستخدام، وعمل اختبار للمواد التي قد يكون الإنسان لم يستخدمها من قبل، بوضع كمية بسيطة على باطن الذراع، والانتظار لمدة يوم كامل، وتحديد ما إذا كانت هذه المواد مهيجة أو أصابت البشرة بالحساسية، أما إذا كانت هذه المواد مهيجة أو أصابت البشرة بالحساسية، أما إذا تعرض الإنسان للحساسية مرة واحدة، فذلك يدل على أنه سبق للمريض أن تعرض لتلك المواد من قبل، وليس شرطاً من نفس المادة التجميلية، بل أنواع ومواد أخرى في البيت أو العمل، ولو كان ذلك قبل سنوات من التعرض الأول لتلك المواد.

هل توجد تأثيرات أخرى لمواد التجميل؟

- الارتكازية التلامسية إحدى صور الحساسية من مواد التجميل (بقع حمراء بعد استعمال العطور مباشرة على البشرة) والإحساس «بالتقرص» واللسع بعد استخدام معجون الأسنان.
- التصبغات الجلدية بعد الالتهابات الموضعية، والكلف قد لا تصنف على أنها ناتجة عن تحسس، إنما قد يكون هناك بعض المواد التجميلية مفرطة الحساسية لأشعة الشمس (فوق البنفسجية) مثل السورالين والعطور.
- المواد التجميلية ليست مسببة لحبوب الشباب، ولكن يوجد هناك أحد أنواعها «حب الشباب التجميلي» الذي يحدث عند الإفراط في استخدام مواد التجميل الدهنية الثقيلة على بشرة الوجه وعدم تنظيفها قبل النوم، أو بقائها فترة طويلة خلال النهار.

هل توجد فحوصات طبية لذلك؟

قد يكون فحص الحساسية (الرقعة) الأفضل لتحديد نوع المواد المسببة لها، وهي رقعة لاصقة توضع على الظهر لمدة ٢-٣ أيام ثم يتم قراءتها وتحديد نوع المادة المسببة للحساسية، وغالباً ما يقوم الطبيب بالرجوع لقائمة محتويات المادة التجميلية، ومن

مادة المسببة للحساسية



ثم مخاطبة المصانع المنتجة لإرسال عينة من المواد الخام الداخلة في التركيب وإعادة الفحص مرة أخرى، والتأكد من صحة الفحص وإخبار المريض بذلك.

وماذا عن الحساسية التلامسية (الأرجية)؟

الحساسية الأرجية أقل انتشاراً من الحساسية التهيجية، ويعد ١٠٪ من المصابين بالأكزيما من المواد العطرية، و٨٪ من المواد المضافة إلى المواد التجميلية، كما أن ٢٪ وأكثر من الناس لديهم حساسية مفرطة من مادة أو أكثر من محتويات المواد التجميلية. أما الحساسية التلامسية الأرجية فتعد تطبيقاً للنوع الرابع من أنواع فرط التحسس المناعي الأجل «المتواسط بالخلايا» ويكون على مرحلتين قد تستغرق أياماً لحدوثها بعض التعرض للمادة الكيميائية المسببة لهذا النوع من الحساسية، ويعتبر ظهورها على موضع تلامسها مع الجلد المبدئي (الأوبي) ويتم انتشارها الثانوي عن طريق تماس اليدين على مناطق أخرى من الجسم فتحدث نفس الحساسية «الأكزيما».

وهذا النوع من الحساسية ليس موجوداً بشكل طبيعي إنما يتم اكتسابه من خلاص التعرض المتكرر لأحد المواد الكيميائية التي تدخل في تراكيب مواد التجميل، وقد يستغرق ذلك ١٠ أيام أو أكثر حتى تظهر بوادر التحسس المفرط الأرجي على البشرة خلال ٦-٤٨ ساعة.

كيف تحدث الحساسية المتهيجة؟

يصاحب الإحمرار والتقشير بعض الحكّة عندما يعاد استعمال بعض مواد التجميل مما يؤدي إلى تهيج البشرة بشكل واضح، وهذا يحدث في مناطق الجلد الرقيقة (بين الأصابع - تحت المصوغات الذهبية - ظهر اليدين - الجفنين) ونادراً ما يحدث ذلك التحسس الحاد والسريع من مواد التجميل إلا في حالة مواد الصبغة لتجميل الشعر، حيث يحدث تهيج مباشر للجلد وفروة الرأس. أما الإحساس بالحرقان واللسعات العصبية فتحدث في الغالب بعد الاستخدام مباشرة، بسبب المواد الداخلة في تركيبة المواد التجميلية، مثل ملطفات الروائح تحت الأبطين - أو المواد التي تحتوي على بروبيلين الكحول وأحماض الفواكه والعطور.

هل يوجد تعريف مبسط لمواد التجميل؟

مواد التجميل مركبات موضعية توضع على البشرة - حول العينين والفم، الشعر، الأظفار لأغراض عديدة، التجميل وتحسين المظهر أو إضافة رائحة طيبة أو للتنظيف، واعطاء حماية كاملة للبشرة أو الأعضاء حسب النوع وحسب الطريقة المستخدمة، والغرض من مادة التجميل، ويمكن حصر مواد التجميل في المواد الصابونية، الشامبوهات، معاجين الأسنان، منظفات ومرطبات البشرة - المواد الملونة والصبغة مثل ظلال العيون، والشفاه، وطلاء الأظفار، وملونات الشعر، والمواد العطرية، كما في مضادات التعرق، وما بعد الحلاقة، والواقيات من الأشعة فوق البنفسجية.

* استشاري طب الأمراض الجلدية



هذه أسباب الحساسية

التلامسية الأرجية

30٪ من الناس يعتقدون

أن بشرتهم حساسة!

للمشكلة أبعاد نفسية

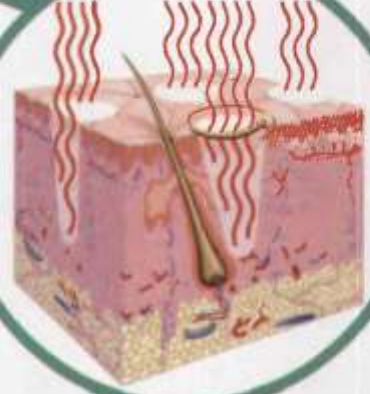
الجرثيم ويساعد على تدمير الجلد قضم الأظفار يشوه الأصابع وينقل

من بين العادات والممارسات الخاطئة التي نراها بين أطفالنا على وجه الخصوص عادة «قضم الأظفار» أو «عض الأظفار» وهي تنتشر بين مختلف الأعمار من الأطفال وقد تستمر حتى مرحلة الشباب والكبار، وهناك أشخاص أعمارهم فوق الثلاثين والأربعين لا يزالون يعانون من هذه المشكلة وكثيراً ما يربطها الأطباء بالجانب النفسي والعامل النفسي وكثيراً ما نجد ردة الفعل غير المستحبة من قبل الأهل تجاه طفلهم الذي بدأ يقضم أظفاره بضمه فهم يكرهون هذه العادة كسلوك ولم يبحثوا عنها كمرض يحتاج لعلاج وسؤال واستشارة المختص فعرض الأظفار فيه تشويه لمنظرها واليدين، إضافة إلى أنه بيئة خصبة لنقل الجرثيم والكائنات المعدية من الأصابع إلى الفم وبالعكس، أيضاً يتسبب العض في تدمير الجلد المحيط بالأصبع وهذا يساهم كذلك ويساعد على انتشار العدوى.

ويستطيع طبيب الأمراض الجلدية المساعدة في حل هذه المشكلة من خلال وضع بعض الوسائل غير المستحبة ذات الطعم غير الجيد وأحياناً قد توضع مواد الزينة للفتيات مثل المناكير وخلافه وهذا يساعد على التخفيف من هذه العادة، وينزعج الشباب تحديداً من هذا السلوك الخاطئ أمام غيرهم.. والفتيات هن أكثر من يصبن بالقلق تجاه هذا السلوك لأن الأظفار والأصابع من مراكز الجمال لدى المرأة تحديداً وقضمها يتسبب في تشويه هذا الجمال وبالتالي تزداد حاجتهن لسرعة العلاج ولا بد من التأكيد على الأهل بضرورة مبادرة العلاج للطفل وعدم إهمالها أو تجاهلها وكذلك عدم الإسراف في التقليل من شأن الطفل في التعامل القاسي مع تلك الحالة فهي كما ذكرنا سلوك يحتاج إلى علاج بسيط وفي حالة استمرارها لا بد من مراجعة الطبيب النفسي فنحن كمتخصصين في الطب من الضروري التعاون والتواصل فيما بيننا حتى تكتمل العملية العلاجية وتحقق الغاية والهدف المنشود تجاه الصحة.

Non-Ablative Skin Resurfacing Laser Fractional Laser Treatment

NEW



فراكسل: العلاج الليزري الوحيد بالتقنية الجزئية

تعمل تقنية ليزر فراكسل على تشكيل مجموعات من الأعمدة المجهرية الحرارية تُعرف بـ «مناطق العلاج الحرارية الدقيقة» (Micro Thermal Zones, MTZ). وتبقى كل منطقة حرارية دقيقة MTZ محاطة بنسيج لم يتم أذيته بالليزر يُحفّز على عملية شفاء النسيج الجلدي المتأذي بفترة وجيزة. وبهذا الأسلوب الفريد في معالجات الليزر، فإن المنطقة المراد علاجها تتعرض بشكل جزئي فقط - أي ليست كل المنطقة - للأشعة الليزرية المؤذية لتحفيز عملية شفاء ينتج عنها إعادة تشكيل طبقتي البشرة والأدمة في الجلد. تقوم المناطق المتأذية المجهرية الناتجة عن ليزر فراكسل بإحداث تخثير بشروي يؤدي إلى استئصال سريع للتصفيقات الغير مرغوب بها، والأذيات الجلدية الناتجة عن التعرض للشمس، وشوائب البشرة، بالإضافة إلى إعادة تشكيل الكولاجين على المدى الطويل. ومما يميز تقنية فراكسل أن هذه المناطق المتأذية المجهرية تقوم بما سبق مع الإبقاء على البشرة المتقرنة الحافظة سالمة، مما يحدّ من إمكانية حدوث الإنتان. وبذلك فإن تقنية ليزر فراكسل تمكّن ولأول مرة من تقديم المزايا الإيجابية لليزرات المجتذبة (Ablative) ولكن بدون مخاطرها وحاجتها لفترات النقاهة الطويلة.

الوكيل الحصري

imdad : إمداد

أرقى تقنيات معالجات الجلد

نتائج علاج تقنية فراكسل

الكلف



بعد



قبل

حب الشباب



بعد



قبل

منطقة الرقبة، إعادة تشكيل سطح الجلد



بعد



قبل

الخطوط الرفيعة والتصبغات



بعد



قبل

التصبغات (اليدين)



بعد



قبل

جهاز ليزر واحد للمعالجات التالية:

(موافق عليها من قِبَل هيئة الغذاء والدواء الأمريكية "FDA")

- الكلف (Melasma).

- ندبات حب الشباب (Acne Scars).

- إعادة تشكيل سطح الجلد (Skin Resurfacing).

- تصبغات الجلد (Pigmentation).

- البقع الجلدية (Lentigos).

- عدم تجانس اللون (Dyschromia).

- علاج الخطوط الرفيعة.

فراكسل: العلاج الليزري الوحيد بالتقنية الجزئية

• فراكسل بتقنيته الفريدة المبتكرة يشكل فئة خاصة به من الليزر.

• فراكسل الآمن والفعال والوحيد الذي يمكن تطبيقه على مناطق

غير الوجه كالعنق والصدر واليدين.

• فراكسل الذي يمكن استعماله على مختلف أنماط الجلد

(I-VI) بأمان.

• مع فراكسل تستغرق عملية علاج الوجه والعنق بالكامل مدة

٢٥ - ٣٥ دقيقة فقط.

• فراكسل بدون فترة الانقطاع والنقاهة.

• فراكسل الذي حظي بثقة الرواد في مجال العلاج بالليزر

مثل Dr. R. Fitzpatrick وغيره.

• فراكسل الذي يُستخدم من قِبَل أكثر من ٧٥٠ طبيباً حول العالم.

FDA Approved
for Melasma

للمزيد من المعلومات، الرجاء الاتصال

بمدير المنتج في شركة إمداد د. أنس الخيمي

جوال: ٠٥٠٥٢٨٣٣٩١، فاكس: ٤٦٤ ٩٢٢٥

anas.khiami@imdad.com.sa



اللسشمانيا:

عرفت بعدة أسماء..
«حبة حلب.. حبة دلهي
وقرحة بغداد»



د. خالد محمد العبود *

اللشمانيا الجلدية المنتشرة تشبه مرض الجذام المتجمد أكثر من ١٠ مليون حالة إصابة سنوياً بهذا المرض

37

العدد السادس 1427 هـ

المرض. وبعد ٦-١٢ شهر تتدمر القرحة تدريجياً تاركة ندبة. ولذلك يعرف المرض في بعض المناطق بسوريا بحبة السنة لأن التئام المرض يأخذ سنة. مع تغيير لون الجلد. ولا يوجد مناعة تامة ضد هذا المرض حيث أن الإصابة الثانية (المرة الثانية) قد تحدث في ما يقارب ١٠٪.

اللشمانيا الجلدية المنتشرة: وهذا الشكل من المرض يشبه الجذام المتجمد حيث تكون مناعة الجسم ضعيفة والإصابة عادة تكون بالطفل من نوع إثيوبيا. ولكن الطفل من نوع المكسيكي الأمازوني قد يسبب المرض بشكل أكبر في وسط وجنوب أمريكا وتحدث الإصابة بحبة جلدية أولية ثم تنتشر الأجزاء أخرى من الجسم والإصابات هي عقد جلدية غير متفرعة وملتهمة بالطفل ومنتشرة في الأطراف والمقعد والوجه ولا يصيب المرض الأعضاء الداخلية ولكنه لا يستجيب بسهولة للأدوية وعادة يصبح مزمنًا.

نسبة إصابة اللشمانيا بكل أنواعها الجلدي و الحشوي يزيد على ١٨ مليون حالة في الجلد.

وقد ردت منظمة الصحة العالمية المصابين باللشمانيا الجلدية إلى ما

خطر الإصابة بهذا المرض.

اللشمانيا هو مرض طفيلي يعتمد شكله السريري (الإكلينيكي) على فصيلة الطفيل المسبب للمرض وعلى مناعة المصاب. طريقة الإصابة بهذا المرض تتم على طريق عضه ذبابة الرمل الحاملة لطفيل اللشمانيا. والإصابة بهذا المرض قد تكون قاصرة على الجلد وتسمى اللشمانيا الجلدية أو على الأعشية المخاطية أو يصيب الطفيل الأعضاء الداخلية عن طريق انتشاره خلال الجهاز المناعي ويسمى اللشمانيا الحشوية. وهناك ثلاثة أشكال سريرية نادرة للشمانيا الجلدية وهي اللشمانيا الجلدية المنتشرة واللشمانيا الجلدية المتوضعة حول الإصابة الأولى واللشمانيا الجلدية التي تحدث بعد اللشمانيا الحشوية.

اللشمانيا بأشكالها المتعددة توجد في كل القارات، ماعدا استراليا والانتريكتيا تصيب أجزاء الجسم التي لا يوجد عليها ملابس ومن السهل إصابتها بعضات ذباب الرمل وهو الناقل لهذا المرض. وهذه الأجزاء تشمل الوجه والرقبة والذراعين، واللشمانيا الجلدية في العالم الحديث (قارة أمريكا) عادة تجيء بشكل إصابة وحيدة بينما تكون الإصابات المتعددة في إصابات العالم القديم (قارة آسيا وأوربا). وبعد حضانة قد تستغرق في المتوسط

بين أسبوع إلى ٣ أشهر تظهر حبة حمراء وما تلبث أن تكبر حتى تكون صفيحة أو عقدة جلدية. ويتطور تكون الآفة حتى تصبح قرحة محددة ونتيجة انتشار الطفيل في الأوعية اللمفاوية قد تكون تعقيدات تحت الجلد حول المنطقة المصابة. وقد يصبح جرح الإصابة بهذا المرض متلوثاً نتيجة العدوى مما يؤدي إلى التأخير والخطأ في تشخيص

اللشمانيا الجلدية معروفة منذ قدم التاريخ وقد وجد وصف للمرض في العالم القديم منذ القرن الميلادي الأول، كما أن هناك رسومات توضح إصابة اللشمانيا الجلدية في العالم الجديد من بيرو والاكوادور تعود للسنة ٤٠٠-٩٠٠ للميلاد ويعود أول وصف للمرض باللغة الإنجليزية لعام ١٧٥٦ للعالم روسل الذي وصف «حبة حلب» من تركيا. في عام ١٨٨٥ شاهد كنفهام الطفيل المسبب للمرض في داخل الخلايا في إصابات «حبة دلهي» في الهند. وفي عام ١٩٠٣ تعرف لشمان على الطفيل في طحال إنجليزي توفى نتيجة الدم دم يعني منطقة دم دم في الهند. وبعد ذلك بشهور وصف دونفان، طفيلًا مشابهًا في عينه من طحال طفل مصاب بالمرض، والشئ المميز لهذا الطفيل والذي يبلغ ٢-٥ مايكرون عند فحصه بالمجهر هو وجود النواة ووجود جسم يشبه العصا الصغيرة ويحتوي على الحمض النووي المايوتوكندري وهو الكيتوبلاست وقام روس بتسمية الطفيل للشمان دو نفاني في وقت متأخر من نفس العام. وهناك تسميات عدة لمرض اللشمانيا الجلدية ومنها «حبة حلب» حبة دلهي، وقرحة بغداد وتعرف في بلادنا بتسميات عدة منها المكتوية، الأبدية، الأكلة والمحتقرة على الأقل هناك ٤٠٠ ألف حالة جديدة تحدث كل سنة مع وجود ما يقارب ٤٠٠ مليون تحت

منذ
1950م

عرف المرض في المملكة
والنوع الجلدي والحشوي
الأثر انتشارا

إمداد imdad

خدمة - خدمة - خدمة

أرضي لقياسات معالجات الحاد والبشرة وقوام الجسم



يزيد ١٠١,٢ مليون حالة سنوية وتسبب بعض أنواع اللشمانيا الحشوية التي تصيب الأغشية المخاطية إلى وفاة ما يزيد على ٨٠.٠٠٠ شخص سنويا. ويعتبر طفيل اللشمانيا من دور الكينتوبلاستيدي من عائلة ترياناسومايتيدي ويوجد على شكلين أثناء دورة حياتها في الإنسان والتدييات يوجد على شكل دائري وبضاوي يسمى Amastigotes. يبلغ طوله من ٢-٣ مايكرون وفي الحشرة الناقلة على شكل جسم سوطي يبلغ طوله من ١٠-١٥ مايكرون و٢-٣ مايكرون في العرض ويسمى Pro-mastigotes. وفصائل اللشمانيا تختلف في شكل اللشمانيا في الحشرة الناقلة ولكن لا يوجد فروقات في فصائل اللشمانيا في شكلها الموجود في الثدييات.

حشرة ذبابة الرمل هي حشرة صغيرة مثل البعوض يبلغ طولها ١-١,٥ ملليمتر في الطول وهذا الطول يمكنها من دخول الناموسيات والشبكات العازية للحشرات. وتنتشر الحشرة في أماكن مختلفة وعديدة من العالم من الصحاري إلى الغابات والمرتفعات وفقط الأنثى من هذه الذبابة هي التي تعتبر مصاصة للدم.

نصائح حول المرض:

يجب تجنب عضات ذبابة الرمل في المناطق المبيوة وذلك بتجنب الخروج من المنزل ليلا حيث إن الذبابة تقوم بالعض ليلا.

وكذلك وضع غرف النوم في أدوار مرتفعة حيث إن الذبابة لا تقدر على التحليق المرتفع. مع طلاء المنزل حيث إن ذبابة الرمل تتخذ من التشققات في المباني أماكن لها كما يجب المحافظة على النظافة الشخصية ونظافة البيئة بشكل عام حيث إن الذبابة والقوارض تتكاثر في أماكن النفايات. مع تغطية الإصابات إذا حدثت ويجب استخدام ناموسيات ومصائد للحشرات في المناطق المبيوة في المزارع وتنبههم عن المرض وسرعة مراجعة الطبيب عند الإصابة.

التوزيع الجغرافي لمرض اللشمانيا الجلدية في السعودية لعام ٢٠١١



التوزيع الجغرافي لمرض اللشمانيا الجلدية في السعودية لعام ٢٠١٤

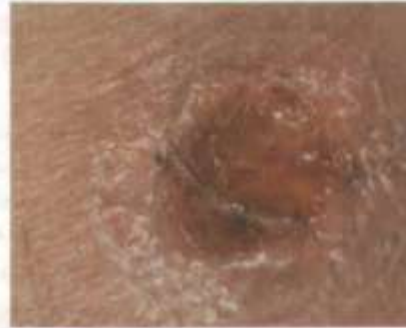


جدول يوضح الحالات المبلغية لوزارة الصحة لمرض اللشمانيا

السنة	اللشمانيا الجلدية					اللشمانيا الحشوية				
	المجموع	س	غ.س	ذكر	انثى	المجموع	س	غ.س	ذكر	انثى
٨٣	١٨٣١٨	٨٩٤٨	٩٣٧٠	١٤٣٣٠	٣٩٨٨	❖	❖	❖	❖	❖
٨٤	١٢٥٧٧	٦٠٨٥	٦٤٩٢	٩٩٣٢	٢٦٤٥	٤٨	٤١	٧	٢٨	٢٠
٨٥	١٣١٨٥	٧٤٠٧	٥٧٧٨	٩٣٩٨	٣٧٨٧	١٨٨	❖	❖	❖	❖
٨٦	١٦٦٢١	٨٩٨٧	٧٦٣٤	١١٩٥٨	٤٦٦٣	٢٤٨	١٩٢	٥٦	١٥٧	٩١
٨٧	١٦٧٦٦	٩٢٤٤	٧٥٢٢	١١٨٨٩	٤٨٧٧	٢٨٨	٢٣٩	٤٩	١٦٩	١١٩
٨٨	١٤٦٤٢	٨٠٧٣	٦٥٦٩	١٠٣٣٣	٤٣٠٩	٣٠٥	٢١٥	٩٠	١٨٧	١١٨
٨٩	١٠٦٥٧	٥٥١٣	٥١٤٤	٧٧٢٠	٢٩٣٧	٢٩٣	٢١٦	٧٧	١٥٦	١٣٧
٩٠	٧٨٩٩	٤٠٧٠	٣٨٢٩	٥٦٩٣	٢٢٠٦	٢٩٩	٢٣٢	٦٧	١٥٨	١٤١
٩١	٧٦٨٥	٤٠٩٠	٣٥٩٥	٥٥٨٨	٢٠٩٧	٢١٧	١٨٩	٢٨	١١٧	١٠٠
٩٢	٨١٨٣	٤١٠٠	٤٠٨٣	٦٢٧٧	١٩٠٦	٢٣٢	٢٠٦	٢٦	١٤٦	٨٦
٩٣	٩٨٤١	٤٤١٠	٥٤٣١	٧٥٠٤	٢٣٣٧	١٧٨	١٥٤	٢٤	٩٩	٧٩
٩٤	١٠٥٩٥	٤٨٨٤	٥٧١١	٧٩٧٥	٢٦٢٠	١١٤	٩٧	١٧	٦٣	٥١
٩٥	٧١٤٥	٣٦٣٠	٣٥١٥	٥٣٦٧	١٧٧٨	١٢١	٨٨	٣٣	٧٢	٤٩
٩٦	٦٩٤٩	٣٩١٢	٣٠٣٧	❖	❖	٧٨	٦٥	١٤	❖	❖
٩٧	٦٠٠٩	٣٧٢٦	٢٢٨٣	٤١٨٠	١٨٢٩	٨٣	٧١	١٢	٣٨	٤٥
٩٨	٥٣٥١	٣٤٣٢	١٩١٩	٣٨١٥	١٥٣٦	٨٥	٧٠	١٥	٥٥	٣٠
٩٩	٥٦٨٧	٣٥٩٦	٢٠٩١	٤٠٥٠	١٦٣٧	٦٣	٤٨	١٥	٣١	٣٢
٢٠٠٠	٤٧٥٣	٣٠١٠	١٧٤٣	٣٣٢٧	١٤٢٦	٣٣	٢٦	٧	١٦	١٧
٢٠٠١	٣٩٥٣	٢٢٦٩	١٦٨٤	٢٨٤٥	١١٠٨	٤٠	٣٢	٨	٢٧	١٣
٢٠٠٢	٤٤٥٤	٢٦٥٤	١٨٠٠	٣٢١١	١٢٤٣	٣٧	٢٩	٨	٢٠	١٧
٢٠٠٣	٣٨٤٢	٢٠٢٣	١٨١٩	٢٨٧٦	٩٦٦	٩	٨	١	٩	٠
٢٠٠٤	٤١٣٢	٢١٤٥	١٩٨٧	٣١٣٣	٩٩٩	٣٣	١٩	١٤	٢٣	١٠

الإشارة* تعني عدم توفر العدد للكاتب عند اعداد المقالة

يطلق عليها في بلادنا
«المكتوية، الأبد،
الأكلة، والمتحفرة»
توجد في كل
القارات عدا أستراليا



أطباء صحة البيئة والمجتمع وأطباء الأمراض الوبائية في السيطرة على المرض، المشاركة في دعم البحوث الخاصة بالمرض، المشاركة في التوعية عن المرض بالمجتمع مع عمل الدورات التدريبية للأطباء حول طرق تشخيصه وعلاجه والتنسيق مع الجهات المعنية في توفير الأدوية اللازمة له ووضع نظام معياري لعلاج المرض بالإضافة إلى تكوين قاعدة بيانات عن المرض لدينا.

* قسم الجلدية مستشفى الملك فيصل بمكة المكرمة
e-mail amoa65@hotmail.com

تكوين فريق عمل من الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد لمتابعة هذا المرض في بلادنا، وتكون مهامه التنسيق مع الجهات ذات العلاقة مثل (إدارة اللشمانيا في وزارة الصحة والمشروع الوطني لأبحاث اللشمانيا في جامعة الملك فيصل بالدمام والمكتب الاقليمي لمنظمة الصحة العالمية) حول المرض وايضا من مهامه العمل مع التخصصات الأخرى مثل

واقترحات

إمداد imdad

أرقي لقنيات معالجات الجلد والبشرة وقوام الجسم

الأبعاد النفسية لمرض حب الشباب

الجلدية

قد تسبب الأمراض الجلدية كثيراً من الاضطرابات الاجتماعية والنفسية مثل الاكتئاب وعدم الثقة في النفس والقلق، نسبة لأن الجلد هو واجهة الإنسان كما يعتبر مرآة للجمال، فحب الشباب، من الأمراض الجلدية المسببة لهذه الاضطرابات.



د. هشام عدوية

والحياتية والنفسية لمرضى حب الشباب. وقد أثبتت دراسة أجريت على مرضى حب الشباب لمعرفة مدى تأثير حب الشباب على طبيعة حياتهم ومقارنة هذا التأثير مع تأثير أمراض أخرى على طبيعة حياة المريض كالربو المزمن والشديد وحالات الصرع ومرض السكر والتهاب المفاصل، ووجد أن نسبة تأثر طبيعة حياة المريض بحب الشباب مساوية لنسبة تأثر حياة المرضى بهذه الأمراض، كما أثبتت دراسة أخرى أن حب الشباب يؤثر على طبيعة حياة المرضى الأكبر سناً بقدر أكبر من المرضى الأصغر سناً، وإن دل هذا على شيء فإنه يدل على أن طول فترة الإصابة بحب الشباب أو عدم النجاح وبالشكل المطلوب في علاج حبوب الشباب، والتأثير الاجتماعي لحب الشباب يؤثران وبشكل كبير على طبيعة حياة المريض، كما أجريت دراسة لتقييم الجوانب النفسية والاجتماعية لمرضى حب الشباب، ووجدت الدراسة أن المرضى المصابين بحب الشباب لفترة تتجاوز العشرة سنوات تضرروا نفسياً بقدر كبير بالمقارنة مع الآخرين.

ولوحظ أن كثيراً من مرضى حب الشباب يشكون من زيادة في حدة حب الشباب عند تعرضهم لضغوط نفسية أو مشكلات نفسية، حتى أدخل حديثاً مصطلح حالة جسدية نفسية (**Psychophysiological condition**)، على تعريف حب الشباب، بمعنى أن الحالة الجسدية قد تتأثر بطريقة مباشرة (فالجلد هو جهاز مناعي، وأثبتت كثير من الدراسات أن المناعة عموماً تتأثر تأثيراً مباشراً بالضغط النفسي)، أو بطريقة غير مباشرة مثل ما يعرف بحب الشباب العصبي أو الميكانيكي (**Acne Excoriee Acne excoriee**)،

يصيب حب الشباب في الغالب مناطق معينة من الجسم كالوجه والصدر والظهر والأكتاف وبصفة مادية المقعدة وباقي أجزاء الجسم، كما يظهر حب الشباب بأشكال مختلفة، وقد يصاب المريض بشكل أو أكثر من أشكاله في آن واحد، كما قد يترك حب الشباب خلفه تصبغات بعد الالتهاب أو ندوباً تختلف في أنواعها من مريض إلى آخر، واختلفت الدراسات في كثير من الدول حول نسبة حدوث حب الشباب، لكن يتفق أطباء الجلد عموماً هذه الأيام على أن حب

الشباب يعد من أكثر الأمراض الجلدية شيوعاً بين شريحة الشباب، فقد أوضحت دراسة أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية أن حب الشباب يصيب حوالي 85% من الشباب الذين تتراوح أعمارهم ما بين سن 12 و 24 عاماً، وبنسبة متساوية بين الذكور والإناث، ولكن لوحظ أنه يصيب الذكور بصورة أشد، وفي حوالي 8% ما بين سن 25 و 34 عاماً، وفي 3% ما بين سن 35 و 44 عاماً.

وبالرغم من أن حب الشباب يعتبر من أكثر الأمراض الجلدية شيوعاً إلا أن دراسات قليلة فقط ركزت على التأثير النفسي لحب الشباب مثل الاكتئاب والقلق والعواطف واضطرابات الشخصية والعلاقات الاجتماعية، وقريباً تم استحداث مقاييس منها ما يعرف (**Acne Disability index**) التي تقوم بقياس الجوانب الاجتماعية

أهم الأعراض..
الاكتئاب
والقلق وعدم
الثقة بالنفس



85% من الشباب بين سن 21 و42 عاماً يصابون بحب الشباب



بعض أنواعه تؤثر على الطبيعة الانثوية للمريضة

مجمل الحالات، وهذه النسبة مقبولة حيث يشكل المظهر العام للمرأة عاملاً اجتماعياً مهماً في كثير من المجتمعات مثل المجتمعات الغربية والتي تركز بشكل كبير على المظهر الخارجي، مما يدفع كثير من النساء وبشكل أوسع من الرجال إلى زيارة الطبيب (حتى عندما تكون الإصابة طفيفة بحب الشباب) (Mild Acne)، بالرغم من أن بعض الدراسات قد أوضحت أن الإصابة وإلى حد بعيد متساوية بين كلا الجنسين، كما أوضحت الدراسة أن 93% من المرضى هم من ذوي البشرة البيضاء القوقازية (وقد تلعب الجوانب الاجتماعية والاقتصادية دوراً في هذه النسبة)، وبينت الدراسة أن 97% من المرضى متأثرون بشكل كبير بسبب إصابة حب الشباب للوجه، في حين أن أكثر من 50% كان تأثرهم بسبب المظهر العام (Appearance)، ووجد أن 19% قلقين من عودة حب الشباب إذا ما عولج، وعندما قارنت نفس الدراسة التأثير النفسي لحب الشباب مع التأثير النفسي لمرض الصدفية الذي يعتبر من أكثر الأمراض الجلدية تأثيراً على نفسية وطبيعة حياة المريض، كما وجد أن التأثير النفسي لحب الشباب مساو للتأثير النفسي لمرض الصدفية، بالرغم من أن مريض حب الشباب يعاني من أعراض جسدية أقل بالمقارنة مع مريض الصدفية.

كما قامت دراسة أخرى بسؤال مرضى حب الشباب عن أكثر ما يزعج في حب الشباب وكانت الإجابة الأكثر هي المظهر (Appearance)، و التأثير على المظهر العام يدفع المريض إلى عدم الثقة في النفس أو ثقته في جسده مما يؤدي إلى الخجل والانعزال ويتبين هذا الأمر عند طلب العمل أو الظهور في مناسبات اجتماعية أو على شكل خوف من الحميمة أو التقرب أو الدخول في علاقات عاطفية مع الجنس الآخر، كما تؤثر على حياة الشاب أو الشابة الزوجية، فقد أثبتت كثير من الدراسات التي أجريت على نساء مصابات بمرض تكيس المبايض (وهذا المرض يتميز بظهور حبوب شباب شديدة من النوع التكيسي مع زيادة في زهمية الوجه وتساقط في شعر الرأس وزيادة في نمو شعر الوجه الرجولي وأعراض أخرى مثل زيادة الوزن) أن تغيير المظهر العام كان مصاحباً لضغوط عاطفية شديدة

المراهقين النامية من عدم القدرة أصلاً على تحمل الضغوط الخارجية، وتكون العواطف في الغالب خلال فترة المراهقة مضطربة، وفي بعض الأحيان تركز على صورة النفس الخارجية (Self image) ولكن تختلف مع اختلاف الشخصية من فرد إلى آخر، كما أن حب الشباب يصيب غالباً منطقة الوجه وقد تسبب تشوهات أو ندوب خصوصاً في الحالات الشديدة، ففي دراسة أجريت حول نسبة انتشار الاكتئاب والتفكير في الانتحار بين مرضى الأمراض الجلدية المصابين بأمراض تسبب تشوهات، وجد أن المصابين بحب الشباب أكثر عرضة للانتحار من مرضى الثعلبية والحساسية الجلدية، وأبرزت الدراسة أن مرضى الصدفية الشديدة المنومين بالمستشفى لفترات طويلة وحدهم يسبقون المصابين بحب الشباب في العرضة للانتحار، في حين وجدت الدراسة أن حدة حب الشباب تتناسب طردياً مع العرضة للانتحار، وأوضحت دراسة أخرى لستة عشر حالة انتحار لمرضى مصابين بأمراض جلدية مختلفة أن سبعة من هؤلاء المنتحرين كانوا مصابين بحب شباب شكل لديهم تشوهات وندوب في الوجه، في حين أن ستة من السبعة لم تستجب حالة حب الشباب للعلاج بشكل جيد لديهم، ولم يكونوا مصابين بأي أعراض نفسية أو عصبية أولية، فيما وجدت الدراسة أن خمسة من الستة عشر منتحراً كانوا مصابين بأعراض نفسية وعصبية أولية، ولكن فيما يخص الانتحار فقد تحكمه أشياء كثيرة كما نعلم، وقد تفاوتت نسبته من مجتمع إلى آخر فنجد قليلاً في المجتمعات المحافظة إما لعدم الرغبة في الإفصاح عن الأعداد الحقيقية أو قلة الدراسات في هذا الخصوص أو لأسباب عقائدية أو دينية أو اجتماعية أو ثقافية، ومن ناحية أخرى أجريت دراسة على 101 طالب جامعي مصاب بحب الشباب وجد أن الطلاب المهتمون بمظهر وجههم كانوا أكثر عاطفية وأقل واقعية وأكثر تأثراً بحب الشباب من غير المهتمين، وتركيز الفرد والمجتمع على المظهر (Appearance) من الأسباب المؤدية إلى هذه المضاعفات، فقد أوضحت دراسة أجريت لمعرفة تأثير طبيعة الحياة (Quality of life) لـ 60 مريض بحب الشباب تتراوح أعمارهم ما بين سن 17-53 عاماً، أن أغلبية المرضى من النساء ويشكلون حوالي 72% من

علاقة بدرجة نظافة الجلد، أو قد تؤدي إلى حب الشباب العصبي أو الميكانيكي (**Acne excoriee**) (**Excoriee**). وعندما يتعلق الأمر بالاكل قد تؤدي هذه المعتقدات إلى اضطرابات الأكل النفسية مثل أعراض النهم الكلي (**Bulimia**) أو فقدان الشهية العصبية (**Anorexia**). ومن المفارقات هنا أن تتحسن حالة حب الشباب لدى المرضى المصابين باضطرابات الغذاء، فهم يلجأون إلى تجويع الذات حتى تتم السيطرة على حب الشباب، وذلك لأن كثيراً منهم يلحظون تحسن حالة حب الشباب عندما يقومون بتعريض أنفسهم إلى حمية قاسية وإلى فترات طويلة جداً من الجوع، ويرجع السبب في تحسن الحالة هنا لنقص هرمون الاندروجين نتيجة للحمية القاسية والجوع، ومن المعلوم أن هرمون الاندروجين يعتبر من المحركات الرئيسية للغدد الزهمية كما يعتبر أحد أهم مسببات حب الشباب. وفي المقابل فإن بعض المفاهيم الخاطئة من المجتمع أو الأسرة أو الزملاء مثل الاعتقاد أو القول (بأن حب الشباب هو مسألة سطحية تتعلق بمرحلة طبيعية من حياة الطفل أو المراهق أو الشاب تأخذ وقتها ثم تختفي)، دون التركيز على الجوانب الأخرى للمرض خصوصاً من الأسرة قد تؤدي إلى إهمال المريض وإلى إهمال معاناته، وفي بعض الحالات قد نجد مثل هذه المفاهيم لدى بعض الأطباء أيضاً. وذلك لعدم فهم هذه الفئات لأهمية الجوانب الأخرى خصوصاً النفسية أو تقليلهم لأهميتها وذلك بقصد منهم لما تشكله الجوانب النفسية من وصمة في كثير من المجتمعات المحافظة مثل المجتمعات العربية أو بدون قصد، ومن الضروري هنا التركيز على نطاق الأسرة، فإن مثل هذه الأفكار قد تشكل عائقاً أمام العلاج، بحيث يقوم الأهل بإهمال علاج الطفل لأشهر أو سنوات، وأحياناً إلى أن تؤدي حبوب الشباب إلى آثار جسدية ونفسية قد يصعب علاجها. وللتأكيد على التأثير النفسي لحب الشباب على حياة الطفل أو المراهق أو الشاب أهمية كبيرة خصوصاً في أن فهم الجوانب النفسية للمرض من قبل الطبيب يؤدي إلى تجنب مضاعفات كثيرة كما يساعد وبشكل كبير على اختيار العلاج المناسب، أو إشراك تخصصات أخرى (**Multidisciplinary**) مثل الطب النفسي أو الجراحة التجميلية، أو ما يعرفون بأخصائيين عاطفة الحلد (**Skin emotion specialist**) الذين يمكن أن يكونوا إما علماء نفس أو أطباء نفسانيين أو أخصائيين اجتماعيين أو من مجالات الطب المكمل الأخرى.

30% من الشباب يعتقدون أن السبب في حب الشباب يرجع إلى قلة نظافة الجلد



أخطر الأعراض شعور المريض بالخزي والخجل والشعور بالذنب والانعزال

مما قد يؤدي إلى التأثير على الطبيعة الأنثوية للمريضة وعزوفها عن العلاقات الزوجية أو الخوف من الحميمة (**Fear of intimacy**). وفي المقابل فإن بعض الدراسات قد أثبتت أن علاج أو تحسن حب الشباب كان مصاحبا لتحسن في حالات الاكتئاب والقلق الناتجة عنه، كما لوحظ تحسن كبير لدى هؤلاء المرضى في قبولهم لمظهر جسدكم ككل، كما التخمينات والمفاهيم الخاطئة لمسببات وماهيم حب الشباب وتأثير هذه المفاهيم (**Misperception regarding etiology and nature of acne**) فقلد أوضح في دراسة أن حوالي 30% من مرضى حب الشباب يعتقدون أن السبب في حب الشباب هو قلة نظافة الجلد، فإذا كان مثل هذا الاعتقاد موجود بين شريحة المرضى الذين «والى حد ما» تلقوا تثقيفاً صحياً من قبل طبيههم المعالج، فحري بنا الاعتقاد أن تكون مثل هذه المفاهيم منتشرة بنسب أكبر بين عامة الناس. كما يعتقد البعض أن لحب الشباب علاقة مباشرة بطبيعة الأكل المتأولة، ومن الضروري الإشارة هنا إلى أن حب الشباب لا يسببه أي نوع من أنواع الطعام - بالرغم من وجود دراسة أحرقت على طلاب المرحلة الثانوية في الولايات المتحدة الأمريكية، تبحث العلاقة بين تناولهم للحليب كامل الدسم وظهور حب الشباب، ووجدت هذه الدراسة أن هناك علاقة إيجابية، في الأغلب ناتجة عن احتواء الحليب على نسبة من الهرمونات لكن وفي العموم لقد أثبتت معظم الدراسات عدم وجود علاقة بين حب الشباب والأكل. كما أن بعض عناصر الأسرة والمجتمع قد تتخوف من احتمالات انتقال المرض أو احتمالات العدوى بحب الشباب، وتوجد كثير من المفاهيم الخاطئة الأخرى بين الأصدقاء أو زملاء الدراسة والعمل عن سبب ظهور حب الشباب، ومثل هذه المفاهيم الخاطئة المتعلقة بحب الشباب قد تشكل نوعاً من وصمة العار، التي وبدورها قد تؤدي إلى اضطرابات نفسية شديدة كالشعور بالخزي والخجل والشعور بالذنب والانعزال، كما أن الشخصية العصبية قد تكون عرضة لأعراض عصبية مثل كثرة غسل الوجه العصبي أو الفسيل الإلزامي الاستحواذي (**Obsessive compulsive washing**) وذلك عند الاعتقاد بأن حب الشباب له

بائعو وهم الجمال لسموم وعدوى ومخاطر أمنية وأخلاقية

تحذيرات متتالية تصدرها عدة جهات تجاه المواد التجميلية التي يحرص كثير من النساء على استخدامها بصورة مستمرة إلا أن أغلب هذه التحذيرات تنهيه أدراج الرياح. ولم يتوقف الأمر على ذلك بل تطور إلى قيام بعض النساء باستضافة كوافيرات متجولات في منازلهن، هؤلاء الكوافيرات يتجولن على المنازل حاملات أدواتهن، وتنقل النساء أرقامهن كدعاية مجانية لهؤلاء الكوافيرات اللواتي يجذبن العميلات بتقديم خدمة الحضور إلى منزل العميلة التي تفضل قيام الكوافيرة بعملها داخل منزلها حتى لا تكلم نفسها مؤونة الشهاب للمحل وخصوصا إذا كانت العميلة عروسا: حيث إن بعضهن يجدن حرجا في الخروج من محل التجميل وهن بكامل زينتهن.

الكهياوية، وهي في الحقيقة مكونة من مجموعة كريمات تراوح بين خمسة وسبعة كريمات يشتريها بعضهم من محلات العطارة أو محلات "أبو ريالين" ويخلطونها.

وتحذر من مغبة هذا الخلط وتقول: "هذا الخلط لمواد كيميائية خطير جدا، حيث إن غالب من يخلط هذه المواد ليس لديه خبرة في خلط المواد الكيميائية، وبعض النساء يقمن بخلط هذه المواد في منازلهن ويسمين خلطتهن باسم مبهروبيعهن بأعلى الأسعار، ولدينا في المختبر بعض الكريمات لم يمر على بعضها أسبوع وبعضها الآخر شهر واحد وبدأت مكوناتها تنفصل عن بعضها، وأحيانا نفتح العبوة لأول مرة فننجا بوجود شعر؛ لأنها مخلوطة في المنازل، والأدهى أن في شرائها صرف لمبالغ طائلة على أشياء لا فائدة منها".

سوم الخلطات

وتؤكد الجوهر على احتواء هذه الخلطات مواد سامة، وتفصل في ذلك فتقول: "هذه المواد نجدها بكثرة في بعض مواد التجميل، من ذلك: الزئبق وهو سم يحد ذاته يمتصه الجسم عن طريق الجلد ويمتد أثره حتى على الأجنة، والمخ، ومن الممكن أن يدمر خلايا المناعة وقد يسبب أمراض فقدان الذاكرة والأرق والرعشة والشلل، وهناك الهيدروكورتيزون الذي يتميز بمفعوله السريع والسحري، لكن المفروض أن يستخدم تحت إشراف طبي، والأثر السيئ له أنه يجعل الجلد رقيقا على المدى البعيد، وله تأثير خطير على الكلى، ومن المواد الأخرى: الهيدروكينون وتستخدم منه كميات قليلة تحت إشراف طبي، ومشكلته أنه يجعل طبقة الجلد سميكة وعندما يتعرض للشمس يعطي نتيجة عكسية، وتجذب البعض يبيعونه في البسطات المنتشرة في الأسواق متعرضا طول النهار للشمس، ومن المعادن الأخرى أكسيد الهيدروجين وهذا من المواد المبيضة ويستخدمونه أيضا في تبييض الأسنان

خلطات سامة بأسعار خيالية

وفي لقاء مع الدكتورة هيا الجوهر رئيسة قسم الأجهزة والدراسات في المختبر المركزي للأدوية أنها حلت بنفسها كثيرا من الكريمات المستخدمة في التجميل التي تروج لها بعض المشاغل، إضافة إلى كوافيرات المنازل واطلعت على العديد من الحالات الناتجة عنها، وهي تؤكد أن كريمات التبييض وكريمات العناية بالبشرة غالبا ما تكون مجموعة خلطات يسميها أصحابها الخلطة السحرية أو الخلطة الكريستال وهي مجموعة خلطات كبيرة غالبا ما يكتب عليها أنها محضرة من الأعشاب وخالية من المواد

وتروج هؤلاء الكوافيرات لكريمات ذات أسماء براقعة يزعمن أنهم قمن بخلطها من أعشاب طبيعية ولها مفعولها السحري، ويعرضن هذه الكريمات بأسعار خيالية، ورغم ارتفاع سعر هذه الكريمات فإنها تجد رواجاً كبيراً بين النساء اللواتي يجهلن مصدرها هذا ماجاء في تحقيق نشرته جريدة الاقتصادية في أحد أعدادها.

عبد الله بن زامل الدريس وكيل وزارة الصحة المساعد لشؤون المختبرات وبنوك الدم يؤكد وجود الكثير من الكريمات والخلطات التجميلية التي يدعي بائعوها أنها مركبة من مواد طبيعية وثبت من خلال تحليلها احتوائها على مركبات سامة عالية الخطورة قد تسبب السرطان عند استخدامها لفترات طويلة.

ويحذر الدريس من البائعات المتجولات ومحلات

عطارة أم عواد
يوجد لدينا كريمات التجميل
إزالة شعر - إزالة نمش - إزالة حب الشباب - كوي

التجميل التي

تروج لمثل هذه الخلطات،

والتي تعتمد لأبسط شروط التركيب والتصنيع الجيد لمستحضرات التجميل.

ويبيد الدريس أسفه من توجه كثير من النساء نحو هذه

تحذير صحي

المستحضرات

بحثا عن الجمال دون وعي منهن بأنهن يعرضن صحتهن للخطر ويصبن بأمراض لم تكن في الحسبان.

للمنتجات التجميلية وخصوصاً في حالة استخدامها بطريقة خاطئة، ويذكر على سبيل المثال: حدوث نوع من الالتهابات والتراخوما في حالة استخدام الكحل الواحد لأكثر من امرأة، إضافة إلى أمراض الحساسية التي قد تنقل عن طريق هذه المواد، وهناك أيضاً - كما يقول الجاسر - بعض المواد التجميلية التي تحتوي على سبب من الرصاص الذي يسبب تسمماً وأمراضاً في الدم منها فقر الدم وقد تسبب في المراحل المتقدمة سرطان الدم، أيضاً من الممكن نقل التهابات في الجلد والتهابات فطرية، إضافة إلى نقل بعض أمراض الجلد الفيروسية من امرأة إلى أخرى.

ويؤكد الجاسر أن هناك كثيراً من المشاغل شبه مغلقة وتقتصر إلى التهوية الجيدة ولا يوجد فيها مراوح شفط، وهذا الأمر من الممكن أن يسبب نقل التهابات تنفسية؛ لذلك ينصح كل امرأة بأن تحرص على الذهاب إلى مركز معروف بنظافته إضافة إلى كونه ذا تهوية وإضاءة جيدة. كما يجب أن تكون معدات المركز لا تستخدم إلا مرة واحدة، إضافة إلى النظافة الشخصية للعاملات،

الجنسية التي اقتنعت بها فإنها تصدقها وتتعامل معها بكل ثقة". وترى الجوهر أنه من المفروض أن يكون لدى الكوافيرات الجائلات تصريح من الجهات المختصة بعد الاطلاع على شهاداتها وخبراتها وتعطى بطاقة مدون فيها جميع البيانات الخاصة بها كاسمها وعنوانها لتمكين الرجوع إليها في حالة حدوث مشكلة ما.

لجنة رقابية

وتقترح الدكتورة الجوهر في ظل عدم وجود رقابة على المواد التجميلية في المشاغل النسائية أن تكون هناك لجنة رقابية تدور على المشاغل لتفحص نوعيات الماكياج المستخدم وتاريخ صلاحيته، ويكون أعضاء هذه اللجنة حاصلين على دورات تؤهلهم لفحص أدوات التجميل المستخدمة، ويتبع أعضاؤها وزارة التجارة ووزارة الشؤون البلدية والقروية ووزارة الصحة، وينبثق عن هذه اللجنة مجموعة نساء تكون مهمتهن مراقبة المشاغل النسائية وفحص أدوات التجميل فيها وأسعارها خصوصاً أن الأسعار تتفاوت بشكل كبير ولا يوجد أي تنظيم لها، وترى الجوهر أن هذا العمل فيه توظيف لكثير من العاطلات اللواتي يبحثن عن عمل يناسبهن.

فيروسات مراكز التجميل

وقامت كذلك بزيارة المختبر المركزي لوزارة الصحة وهناك كانت تحذيرات من نوع آخر تجاه المواد التجميلية ومراكز التجميل، إذ يؤكد الدكتور نايل الجاسر استشاري علم الأمراض والمدير الطبي للمختبر المركزي وبنيك الدم بوزارة الصحة أن هناك أضراراً كثيرة

إضافة إلى الكاديوميوم والزرنيخ وهذه كلها مواد سامة، والتعب العام الذي يشعر به بعض الناس ولا يدركون له سبباً كله ناتج عن تراكم هذه المعادن في الجسم، وأغلب المستحضرات التي نفحصها لا تخلو من هذه المواد التي يجب أن تستخدم تحت إشراف الطبيب ما عدا الزئبق فإنه لا يستخدم في مستحضرات التجميل أبداً ويمنع ذلك سواء كان تحضيره طبيباً أم غير ذلك لأنه سام".

وترى الدكتورة الجوهر أن من المؤسف أن الكريمات المحتوية على هذه المعادن والمواد الضارة منتشرة في محلات العطارة ومحلات "أبوريالين"، ومن ذلك ما يسميه العامة "أبو خط أخضر وخط أحمر وخط أزرق"، وهذه كريمات تحتوي على الكورتيزون بنسب مختلفة، وتنتشر هذه الكريمات مع أنها مستحضرات طبية توصف من قبل الأطباء وتصرف عن طريق الصيدلة، وترى أنه من المفروض أن تقن، وأن تكون هناك رقابة صارمة ومنع لكل مستحضر طبي يباع في هذه المحلات. وتضيف الجوهر: "للأسف لا يوجد لدى المواطنين الوعي الكافي لمعرفة النافع والضار، فالمفروض ألا يأخذ المواطن النصائح إلا من جهات لديها الخبرة والعلم بهذه الأمور".

كوافيرات جائلات

وعن "الكوافيرات الجائلات" تقول الدكتورة هيا: "يجب الحذر عند التعامل مع المختصات بالتجميل، فكثير منهن قدمن من بعض الدول العربية التي لها اسم رنان في عالم التجميل وتدرين فيها لمدة أسبوع أو أسبوعين ثم تأتي إلى المملكة وهي تزعم أنها خبيرة تجميل، وللأسف - كثير من النساء يصدقنها ويدفعن لها المبالغ الطائلة، وللأسف أيضاً أن بعض نساءنا لديهن قناعة في بعض الجنسيات فبمجرد أن تكون خبيرة التجميل من



رصاص وفيروسات في مراكز التجميل المشبوهة انتشار حشرات الرأس وأمراض الصدر

اللواتي ينتقلن بأدواتهن من منزل إلى آخر دون أدنى اهتمام بالنظافة، في ظل تهاون العميلات في ذلك.

أما الدكتورة غالية مبارك رئيسة قسم الفيروسات في المختبر المركزي فتصح كل امرأة أن تكون على معرفة بمصداقية الشركة المنتجة لمساحيق التجميل التي تستخدمها الكوافيرة. سواء كانت كوافيرة في مركز تجميل أو كوافيرة متجولة. كما أن عليها إدراك أن مواد التجميل كلها مواد كيميائية، وكل نوع منها مختص بنوعية البشرة، لذلك على السيدة معرفة نوعية بشرتها ونوع الماكياج المناسب لها، واستخدام نوع لا يناسب الجلد قد يسبب التهابات جلدية وأكزيما.

وتضيف الدكتورة غالية: "يجب التنبيه إلى أن كثيرا من النساء لا يعلمن أن بعض صبغات الشعر لها تأثير سيئ على المرأة الحامل، وهذا الأمر قد تجهله أيضا الكوافيرة نفسها".

وتحذر الدكتورة إلهام فقيهي الاستشارية بقسم الجراثيم في المختبر المركزي السيدات اللواتي يعانين من حبوب الشباب من أنواع من الكريمات محتوية على زيوت تزيد من حالتهن سوءا، وتقول الدكتورة إلهام: "هذه الحبوب تكون نتيجة لتعرض البشرة للبكتيريا اللاهوائية، ومن الممكن أن تريد مع بعض الكريمات، وكل سيدة لديها مشاكل في البشرة عليها أن تعرف أن لبشرتها تعاملات خاصة وعليها أن تكون أكثر حذرا في التعامل مع مواد التجميل".

ويشكو الإخصائي كنان القباني الإخصائي بقسم الجراثيم من ضعف الثقافة الصحية لدى الكثير ويقول: "نحن نعاني من مشكلة ضعف التثقيف الصحي، منذ سنوات عديدة ووسائل التثقيف الصحي لا تتجاوز المطويات، التي تقرأ خلال خمس دقائق"، ويؤكد القباني في الوقت ذاته أن 30 ثانية في التلفاز تغني عن تلك المطويات بشكل كبير، وأن معمولها سيكون أقوى وسيستمر لوقت أطول.

وخضوعهن للفحص الطبي الدوري للتأكد من خلوهن من الأمراض المعدية حتى لا ينتقلن أمراضهن للعميلات عن طريق الأظافر والجلد والشعر.

وينصح الدكتور نايل بعدم اصطحاب الأطفال إلى مراكز التجميل لأنهم سريعو التأثر بالروائح.

أمراض صدرية

ويؤكد الإخصائي طلعت عبد الجواد رئيس قسم الدرن في المختبر المركزي على دور سوء التهوية في بعض مراكز التجميل على نقل مرض الدرن، ويقول: "مرض الدرن نوعان: الرئوي وهو الوبائي وغير الرئوي وهو الموجود في باقي أعضاء الجسم، ومن الممكن أن ينتقل الدرن الرئوي في الأماكن المكتومة، بحيث إذا دخل أحد المصابين به إلى مكان يعاني من قلة التهوية فإن هذا المكان سيكون بيئة جيدة لنقل المرض لآخرين، وغالبا ما تكون المشاغل النسائية ومراكز التجميل مغلقة، لذلك تحتاج إلى المزيد من التهوية عن طريق مراوح الشفط".

من جانبها تؤكد الدكتورة شيرين كيالي الإخصائية بقسم الفيروسات أن هناك كثيرا من الأمراض الفيروسية التي من الممكن أن تنتقل في المراكز التي لديها قسم خاص بالعناية بالأظافر، فإن هذه الأقسام قد تنقل الفيروسات الكبدية بأنواعها وخاصة إذا كانت الأدوات تستخدم لعدة عميلات، وتقول الدكتورة شيرين: "هناك عميلات واعيات يأتين بأدواتهن الخاصة، ويجب على القائمات على المركز تنظيف الأدوات وتعقيمها بشكل جيد يضمن بإذن الله - عدم انتقال الفيروسات، وبالنسبة لفراشي الشعر يجب تنظيفها أيضا بشكل جيد لأنها قد تنقل بعض الأمراض الفطرية".

وتضيف الدكتورة شيرين: "من الممكن أيضا انتقال القمل في حالة تردي مستوى النظافة في المركز عن طريق الفراشي، ويزداد الأمر في حالة الكوافيرات الجانلات

وتقدم الجوهر بعض النصائح التي تفيد المرأة في تجميل نفسها بطريقة آمنة فتقول: "أنصح النساء بأخذ المعلومة من مصدرها الموثوق، والابتعاد عن الشائعات وعما ينشر في مواقع الإنترنت غير الرسمية التي تروج لكريمات وحبوب لا يعلم أصلها، والتقليل قدر المستطاع من الماكياج، مع الاهتمام بمتابعة تاريخ صلاحيته، فكثير من النساء تستخدم مكياجها لفترات طويلة دون أن تهتم بتاريخ صلاحيته، وفي هذا ضرر كبير، كما أن أكثر النساء -ولأسف- يبدأن بالاهتمام بمظهرهن عند حدوث مناسبة اجتماعية، وفيما عدا ذلك نجدها مهملات شكلها وبشرتها وسلوكها الغذائي، والحل في هذه المشكلة: العناية بالجسم باستمرار، وذلك من خلال تعرف المرأة في البداية على نوعية بشرتها، وخصائصها، بعد ذلك تبدأ في تحسين الغذاء -وهذا أهم أمر مؤثر في الجمال- بعد ذلك تقوم بوضع برنامج أسبوعي لتنظيف البشرة بطريقة صحيحة -بعد تعلم ذلك- ومن الممكن للسيدة أن تقوم بعمل خلطات في المنزل من مواد طبيعية تعلم هي مدى نظافتها كالبيض والزبادي والعسل، وهناك فتوى بإجازة ذلك".

وتضيف الجوهر: "لو أصبحت العناية بالجسم سلوكا دائما لما وصلنا إلى هذه الحال من الهوس بالكريمات والخطب الشعبي والبحث عن الدجالين".

نصائح تجميلية

الوحمات.. قلق للآباء.. ومضط نفسي للأطفال

يسعد الوالدان بعد انتظار

طويل بسقوط طفلهم الصغير وخروجه إلى الدنيا ولكن بعض منهم يولد مصاباً بما يسمى «وحمة» وبعض الآخر يتفاجأ الأهل بظهورها على جسم هذا الصغير بعد أسابيع من الولادة. بعضهم يشعر بقلق شديد من خروجها ويزداد القلق أكثر عندما تكون في مناطق الوجه أو المناطق الظاهرة من أجزاء الجسم ولازال بعض يرجع الإصابة إلى فترة «الوحماء» التي تمر بها الأم خلال الأشهر الأولى من الحمل، حيث يعتقد كبار السن أن عدم توافر طلب معين للمرأة في تلك الفترة من قبل الزوج أو الأهل تسبب في نشوء وظهور هذه الوحمة. ولازال لدى بعضهم قناعة حتى وأن كانت بسيطة وقليلة أن هناك علاقة بينهم ولكن أكدت الدراسات العلمية والأبحاث عدم وجود علاقة بينهما.



٢ - ٣ إنشأت (قطرها) لكن بعضها قد ينمو أكثر ومن ثم تبدأ بالتحول إلى اللون الأبيض وتبدأ بالتقلص ببطء وبذا فإن ٥٠٪ من الوحمات الورمية الوعائية تصبح مسطحة عند عمر ٥ سنوات وحوالي ٩ من ١٠ تصبح مسطحة بعمر التسع سنوات وسيختفي العديد منها لكنها قد تترك في الغالب علامة بسيطة ومن الصعب معرفة لأي حد ستنمو الوحمات الورمية الوعائية أو فيما إذا كانت ستختفي.

مضاعفاتها

عادة قد تترك الوحمات الورمية الوعائية التي تنمو أو تتكشم بسرعة تقرحات أو ندبا مفتوحة لذا فإنه من المهم مراجعة الطبيب والمحافظة على الندب نظيفة ومغطاة بدهون مضاد للبكتيريا أو بضمادة.

أما بالنسبة للوحمات الورمية الوعائية الموجودة على الأعضاء التناسلية للفتاة أو المستقيم أو قرب العين الأنف أو الفم فإنها قد تسبب مشاكل محددة ويجب مراقبتها عن كثب من قبل الطبيب والذي سيحدد فيما إذا احتاج الأمر لمزيد من العلاج.

عادة يقلق الاهل فيما إذا كانت هذه الوحمات الورمية الوعائية ستزف وهي في الواقع تبدو كأنها قد تنزف بسهولة لكن عادة لا يحدث هذا فالنزف يحدث فقط فيما إذا تعرضت للجرح وإذا بدأت بالنزف فيجب التعامل معها كأي جرح آخر أي تنظيف المنطقة بالصابون والماء أو باستخدام هيدروجين بيروكسيد ومن ثم تغطية الجرح بشاش. وفي حدوث أي نزف يجب الضغط على الوحمة لمدة ١٠ دقائق حتى يتوقف النزف.

تظهر الوحمات الورمية الوعائية نادراً بسرعة أي في فترة يوم أو يومين فإذا حدث هذا، من المهم الاتصال بالطبيب.

علاج الوحمات الورمية الوعائية

من المهم فحص الأطفال الذين يملكون وحمات ورمية وعائية من قبل الطبيب مبكراً قدر اللازم وذلك لتشخيص الوحمة جيداً وتحدد الحاجة للعلاج. ليس من السهل دائماً على الوالدين

المتصبغة والورمية الوعائية والنيبيذية، كذلك هناك أنواع عدة من الوحمات الوعائية.

البيع الوحمية المتصبغة

هي أكثر الأنواع شيوعاً من الوحمات وتظهر على الجبهة أو جفسي العينين وعلى ظهر الرقبة قد توجد على رأس الأنف أو الشفة العليا أو أي مكان بالجسم وعادة تكون زهرية اللون ومسطحة الملمس، بالنسبة للبقع التي تكون على الجبهة فإنها تختفي بعمر الثانية أما التي تكون في العنق فإنها عادة تبقى حتى سن المراهقة وفي الواقع لاتعد هذه الوحمات مؤذية ولا تتطلب العلاج.

ورمية وعائية

يستعمل المصطلح العلمي ورمي وعائي لوصف العديد من الأورام الدموية الوعائية لكن معظم أطباء الجلد يفضلون استخدامه لوصف نوع شائع من الوحمات الوعائية، لاتظهر هذه الوحمات مباشرة بعد الولادة لكنها تظهر بعد الأسابيع الأولى من الحياة وعادة تنقسم الوحمات الورمية إلى قسمين: ورمي وعائي سطحي، ورمي وعائي عميق.

بالنسبة للورمية الوعائية السطحي فإنها تكون حمراء جداً ومتورمة قليلاً لأن الأوعية الدموية غير الطبيعية تكون قريبة جداً من سطح الجلد أما الورمية الوعائية العميقة فإنها تكون زرقاء اللون حيث تكون الأوعية الدموية غير الصبغية عميقة تحت الجلد، في الواقع إن الوحمات الورمية الوعائية هي الأكثر شيوعاً عند الإناث والأطفال الخدج ويمكن أن تتواجد في أي مكان على الوجه أو الجسم.

عادة يملك الطفل وحمة ورمية وعائية واحدة لكن في الأحيان قد يكون هناك اثنان أو ثلاثة وفي حالات نادرة قد يملك الطفل عدة وحمات ورمية وعائية حتى وقد يملك منها داخل الجسم وكثيرها من الوحمات فإن هذه الوحمات الورمية الوعائية تنمو بشكل سريع وعادة ما يبدأ نموها خلال الأسابيع الست الأولى من الحياة ويستمر لحوالي سنة ومعظمها لاينمو أكثر من

ما الوحمات الوعائية؟

يملك الكثير من الرضع ما يسمى بالوحمات عند ولادتهم وفي بعض الأحيان تظهر هذه الوحمات بعد مرور بضعة أسابيع من الولادة ويمكن أن تكون بنية اللون أو سمراء أو وردية أو زرقاء أو حمراء وحوالي ١٠٪ من الأطفال يملكون وحمات وعائية وهي تأتي نتيجة تحزم (انضغاط) الأوعية الدموية معاً في الجلد وقد تكون هذه الوحمات بارزة أو مسطحة أو حمراء أو وردية أو متوردة.

ما سبب الوحمات؟

لماذا تحدث الوحمات الوعائية؟ في الواقع إن السبب الرئيسي غير معروف فمعظم الوحمات الوعائية غير مورثة وليس لها علاقة بأي شيء ممكن أن يحدث للام أثناء الحمل.



ما الأنواع المتعددة للوحمات الوعائية؟ هناك أنواع عدة من الوحمات الوعائية وفي بعض الأحيان يجب مراقبتها لعدة أسابيع أو أشهر قبل تحديد نوعها ولكن أكثر الأنواع شيوعاً هي البقع الوردية



بالوحمات النبذية ويبدأ فإن أي طفل مصاب بتوسع حول الوحمات النبذية الموجودة في اليد أو الرجل فإنه يجب متابعته حتى لا يصاب بأي مشاكل ورمية. وبمرور الوقت قد تسبب الوحمات النبذية أوراماً وعائية دموية صغيرة بالأورام الخبيثة التقيحية وقد تسبب النزف بسهولة ويجب إزالتها.

علاج الوحمات النبذية

من أكثر العلاجات التي كانت شائعة استخدام مستحضرات لإخفاء هذه الوحمات.

جريت طرق عدة في الماضي لإزالة الوحمات النبذية لكن لم ينجح أي منها، لكن أظهرت تقنيات الليزر الحديثة أفضل النتائج مع أقل الأضرار والآثار الجانبية. ولأفضل النتائج يجب أن يبدأ العلاج مبكراً قدر الإمكان حتى في مرحلة الطفولة ويمكن للمعالج في الليزر الذهاب للمنزل مباشرة دون الحاجة للمبيت وفي العادة يكون هناك عدة جلسات علاج تتم في فترات متباعدة، فترة شهرين عادة وعبادة يتطلب علاج المرضى الأصغر سناً علاجات أقل من البالغين وفي العادة تختفي الوحمات النبذية عند المرضى بنسبة ١ - ٤ أشخاص ويتحسن مظهرها عند ٧٠٪ من المرضى ولأسباب مجهولة لا يتجاوب بعض المرضى للعلاج بالليزر أبداً.

هناك أخطار عدة للعلاج بالليزر فقد يحدث زيادة أو نقصان في لون الجلد مخلفاً ذلك بقعا مسمرة أو مبيضة على الجلد وفي معظم الأحوال لا تكون هذه التصبغات دائمة كذلك قد يحدث هناك تورم أو تقشر أو نزف بسيط وهذا أمر اعتيادي ومن الممكن علاجه بسهولة اما حدوث تندبات دائمة فهو أمر يحدث لكن في حالات نادرة جداً.

السدية فقط مع نمو الطفل ومع الوقت قد تصبح أكثر وقد تكون نتوءات أو أثلام وهي لا تتلاشى من تلقاء نفسها بل تبقى مدى الحياة.

مضاعفات الوحمات النبذية

قد تؤثر الوحمات النبذية خصوصاً الموجودة على الوجه اجتماعياً وحتى نفسياً على الشخص كما وقد ترتبط في حال وجودها على الجبهة أو جفني العين أو كلا جانبي الوجه مع مرض الغلو كوما في زيادة ضغط العين وإذا تركت دون علاج فإنها قد تسبب العمى لاسمح الله، ولكن هذه المضاعفات تحدث في أقل من ١ - ٤ من المصابين بوحامات نبذية على الجبهة أو الجفنين ولذا فإن أي طفل يمتلك وحمات نبذية في هذه المناطق يجب أن يخضع لفحص عين ودماغ شاملين. وفي الغالب قد يحدث هناك توسع تدريجي شديد للأنسجة المحيطة

مراقبة الوحمات الورمية الوعائية وهي تنمو أو حتى انتظارها لتختفي دون عمل شسيء، لكن لا تتطلب معظم الوحمات الورمية الوعائية العلاج حيث انها تتكمش وتتلاشى في النهاية من تلقاء نفسها مخلفة أثراً قليلة جداً.

هناك أنواع مختلفة عدة من العلاجات التي تحتاج عناية حيث لا يوجد علاج آمن وفعال تماماً ويجب موازنة الفوائد الممكنة على الأخطار المحتملة.

إن أكثر علاج مستخدم للوحمات الورمية الوعائية التي تنمو بسرعة هو عقار الكورتيسون وهو إما يعطى بالحقن أو عن طريق الفم وقد يكون هناك حاجة لاستخدامه لفترات زمنية طويلة أو إعادة العلاج به مرات متعددة وتتضمن أخطار العلاج إبطاء في النمو، زيادة مستوى السكر وضغط الدم، التماسات في عدسة العين وزيادة احتمالية الإصابة بالعدوى.

كذلك يمكن استخدام الليزر لمنع نمو الوحمات الورمية الوعائية أو حتى لإزالتها كذلك يمكن استخدامه في علاج الوحمات الورمية ذات الندب والتي لن تعالج، وقد تم تطوير أنواع جديدة من الليزر وأثبتت فاعليتها للعلاج.

بقع نبذية

البقع النبذية نوع آخر من الوحمات الوعائية والتي تحدث في ثلاثة بالألف من الأطفال وفي بعض الأحيان يطلق عليها الوحمات المتوهجة أو الوحمات الورمية الوعائية الشعرية ولكن لا يجب الخلط بينها وبين الوحمات الورمية الوعائية.

تظهر الوحمات النبذية عند الولادة وتكون مسطحة وزهرية أو حمراء أو أرجوانية وتوجد في الغالب على الوجه والرقبة أو الذراعين والرجلين ويمكن أن تكون بأي حجم، وبالاختلاف عن الوحمات الورمية الوعائية تنمو الوحمات

الأبحاث العلمية تنفي العلاقة بين الوحمات

الوعائية لدى المواليد وفترة الوحمات أثناء الحمل!!

قد تظهر الوحمات الوعائية بعد أسابيع من الولادة



Al-Jazeera

إعلام موثوق به



Al-Jazeera



حي المروج - ص.ب ٢٣٦٢ الرياض ١١٥٤١ - طريق الملك عبد العزيز - الهاتف : ٢٢٥٠١١١ (خمس خطوط) - فاكس : ٢٢٥٣٧٧٧
 Al-Morooj, King Abdulaziz Road - Tel: 2250111 (5 Lines) - Fax : 2253777
 www.aljareeda.com.sa - support@aljareeda.com.sa - participation@aljareeda.com.sa



كذلك
قد
تحدث
ندبات في
المنطقة
المعالجة،
الحدوث

وهذا نادر

كذلك يمكن حدوث المنطقة المعالجة عند عدم اتباع التعليمات بدقة، كذلك عدم إزالة لون الوشم بالكامل نتيجة تعدد صعوبة الألوان المستخدمة إذ بعد اللون الأبيض والأصفر من الألوان الصعبة لإزالتها، كذلك هناك إمكانية ظهور لون أسود داكن عند معالجة الوشم التحميلي المرسوم بالحبر البني أو لون الصدا. لهذا يجب إجراء اختبار قبل المباشرة بعلاج كل أجزاء الوشم لتفادي هذه المضاعفات.

إزالة الوشم بالليزر

* أنا شاب عندي وشم في منطقة الكتف منذ سنوات وأريد أن أزيله الآن ممكن تدلني على طريق لإزالته؟

- الوشم عرف منذ القدم وأكثر الناس طلباً للوشم عادة هم المراهقون والشباب، وقد حرم الإسلام استخدامه واعتبره من الكبائر. أما طريقة إزالته فهناك طرق عديدة منها الكي بالتبريد أو الحرارة وإزالته جراحياً وكل هذه الطرق قديمة نسبياً تؤدي إلى ظهور ندبات وتغير في لون الجلد المعالج، هذا أدى إلى الحاجة إلى اختراع علاج آمن وفعال وهو الليزر حيث يعد الآن العلاج الرئيسي لإزالة الوشم ويستغرق علاج الوشم بالليزر جلسات متعددة، والفترة الزمنية بين كل جلسة وأخرى تتراوح من ٨ - ١٢ أسبوعاً تقريباً قد تطول هذه المدة أو تقصر حسب استجابة المنطقة المعالجة. أما المضاعفات الجانبية لليزر فهناك إمكانية تفتيح أو استمرار لون الجلد المعالج وعادة يتحسن بمرور الوقت.

الرواكتان

* أنا شابة عمري ٢٢ سنة استخدمت الرواكتان لعلاج حبوب الشباب مرتين وأخر مرة كان قبل ٤ أشهر ولكن ما زالت الحبوب تظهر حتى الآن هل هناك حل لذلك وشكراً؟

- يعد الرواكتان الوحيد الذي يمكن أن يشفي حب الشباب عند نسبة كبيرة من المرضى خاصة عند المصابين بحب الشباب المتكيس وغير المستجيب للعلاجات الأخرى وهو علاج آمن نسبياً إذا اتخذت الاحتياطات اللازمة.

وقد أثبتت الدراسات أن هناك نسبة من المرضى تقدر بنحو ٢٠٪ تكون الاستجابة لديهم غير جيدة وأن من الممكن استعمال العلاج مرات أخرى وأثبتت الدراسات أن هناك أسباباً للانتكاسة أو إعادة تناول الدواء مرة أخرى ومنها أن يكون عمر المريض أقل من ١٦ سنة عند أخذه دواء الرواكتان، ثانياً أن تكون الجرعة التي صرفت أو تناولها المريض قليلة وهذا من أكثر الأسباب التي تسبب انتكاسة حب الشباب، حيث إن الجرعة تحسب على حسب وزن المريض، وثالثاً قد يكون هناك أي اضطراب هرموني خاصة في النساء لذا يتوجب على المريض إجراء فحص للهرمونات قبل البدء بأخذ الدواء للتأكد من عدم وجود أي اضطراب هرموني. لذا أنصح الأخت السائلة بمراجعة الطبيب لعمل الفحوصات اللازمة وتناول العلاج مرة أخرى بالجرعة المناسبة للوزن.



استشارات

في هذا الباب تقدم مجلة الجلدية خدمة لقرائها عبر التواصل من خلال أرقام الفاكسات، أو البريد الإلكتروني وموقع الجمعية السعودية للأمراض وجراحة الجلد، حيث تستقبل استفساراتكم وأسئلتكم ويجب عليها نخبة متميزة من الاستشاريين المتخصصين من مختلف المستشفيات والمراكز الصحية المتخصصة بالملكة على رقم الفاكس (٢٥٣٧٧٧)، والموقع

www.ssds.org



تحديده ويكون عادة بانتظام الدورة الشهرية، وهناك أسباب أخرى نادرة وهي وجود أورام خبيثة هرمونية في الغدة الكظرية أو المبايض أو تكون المصابة تتناول بعض الأدوية المسببة لزيادة نمو الشعر مثل الكورتيزون والدينازول والمينوكسديل. أما إزالة الشعر بالليزر فهي عملية آمنة وفعالة ولا يسبب تسرطنًا في الجلد بل العكس تستخدم بعض أنواع الليزر لعلاج سرطان الجلد، وتحتاج المريضة إلى عدة جلسات للحصول على نتائج جيدة، إضافة إلى ذلك يجب على المصابة بزيادة نمو الشعر عمل فحوصات طبية للتأكد من عدم وجود أي سبب لذلك وأخذ الأدوية اللازمة عند اكتشاف أي من المسببات المذكورة وقد يستمر العلاج الدوائي إلى أجل غير مسمى.

الشعرانية

• عمري ٢٢ سنة متزوجة واشتكي من زيادة في نمو الشعر في منطقة الذقن والعيق، هل استخدام الليزر فعال لإزالة الشعر، وهل صحيح أن الليزر يسبب سرطانًا في الجلد؟

نمو الشعر في منطقة الذقن عادة من المشاكل المحرجة للنساء وقد يظهر الشعر خشنا وغامق اللون، ويعزى زيادة نمو الشعر إلى زيادة في إنتاج أو نشاط هرمون الذكورة الذي تفرزه الغدة الكظرية أو المبايض، وفي هذه الحالة تعاني النساء المريضات به من زيادة في نمو الشعر جنباً إلى جنب مع حب الشباب وتساقط الشعر، إضافة إلى عدم انتظام الدورة الشهرية والسبب الآخر هو نمو الشعر لأسباب ذاتية أي ليس هناك سبب يمكن

وحمة دموية

• طفلي عمره ٤ شهور وعنده وحة دموية في الظهر والرأس هل الليزر فعال في ذلك حيث ذكرت في مقال سابق أن الليزر يعالج الوحمة؟

تظهر الوحمة الدموية في العديد من الرضع عند ولادتهم أو بعد مرور بضعة أسابيع من الولادة بلون بني أو أحمر، وليس هناك سبب معروف لظهورها وليس لها علاقة بأي شيء ممكن أن يحدث للأم أثناء الحمل وهذه الوحمة قد تظهر في أي مكان من الجسم، وتنقسم إلى قسمين سطحي وعميق، وعادة يبدأ نموها خلال الأسابيع الستة من العمر ويستمر لحوالي سنة ثم تبدأ بالتحول إلى اللون الأبيض وحوالي ٥٠٪ من الوحمة الدموية تصبح مسطحة عند عمر ٥ سنوات ويختفي العديد منها ولكنها قد تترك في الغالب علامة بسيطة.

أما بالنسبة لعلاجها بصورة عامة فهو يعتمد على مكان الوحمة فالوحمات التي تنمو وتؤثر على وظيفة أي عضو في الجسم كالتى حول العينين وتؤثر على التنفس أو حول الأذن وتؤثر على السمع أو في الشفاه وتؤثر على تناول الأكل أو تكون متقرحة في المناطق التناسلية ففي هذه الحالات يمكن اللجوء إلى ليزر الأوعية الدموية، ولعدة جلسات بين كل جلسة وأخرى حوالي ٢ - ٤ أسابيع وخاصة خلال فترة نمو الوحمة ويعطي نتائج جيدة إذا استخدم من قبل طبيب متمرس.



حب الشباب والغذاء

• هل صحيح أن تناول الشوكولاته والمكسرات تزيد حب الشباب؟

لم تثبت الدراسات والأبحاث أن تناول الشوكولاته والمكسرات أو الأكلات المقلية يزيد أو يسبب ظهور حب الشباب، وهذا المفهوم خاطئ ومتداول بين كثير من المرضى. ولكن هناك دراسة حديثة أكدت أن هناك علاقة بين تناول الحليب بكميات كبيرة وظهور حب الشباب، بسبب وجود مادة اليود المسببة لحب الشباب والأمر ينطبق كذلك على تناول الأكلات البحرية بكثرة التي تحتوي على مادة اليود.





وحمة بيضاء

* اشكي من وحمة بيضاء في الجبهة فوق العين اليسرى منذ الولادة وأريد إزالتها هل يوجد يا دكتور علاج لذلك؟

- الوحمة البيضاء لها أنواع مختلفة وقد تظهر بعدة أشكال وأحجام مختلفة.

وهذه الوحمة لا تستجيب إلى أي كريمات موضعية والعلاج الوحيد والفعال لتلك الوحمة هي عملية زراعة الخلايا الصبغية التي تهدف إلى إعادة اللون المفقود، وشرح العملية بشكل مبسط هو أولاً تحديد المناطق المراد زرعها وحقنها بالمخدر الموضعي ثم إزالة طبقة سطحية من المنطقة المانعة بواسطة آلة خاصة بسماعة لا تزيد على أجزاء من المليمتر الواحد ثم ترسل الطبقة إلى مختبر متخصص لمعالجة الجلد بطريقة خاصة لاستخلاص الخلايا الصبغية وجعلها جاهزة للزراعة ثم نقوم بإزالة الطبقة العليا من الجلد من المنطقة المصابة بالليزر ثم تعاد الخلايا الصبغية إلى الجلد في المناطق المستقبلة وتغطية الخلايا بضمادات خاصة تضمن باذن الله التئام المكان المصاب ويتم إزالة الضماد بعد أسبوعين ويطلب من المريض التعرض للشمس يومياً لمدة أسبوعين والتعرض بعد ذلك لأشعة النادوباند أو الأكزيم ليزر وعادة يبدأ ظهور اللون الطبيعي بعد ستة أسابيع من إجراء العملية.



النخالة الوردية

* أنا شاب عمري ٢٦ سنة ظهرت حبوب في بطني وصدري قبل حوالي ٢ أسابيع، وشخص المرض على أنه نخالة وردية، هل هذا المرض معد؟

- النخالة الوردية عبارة عن مرض جلدي يظهر عند الشباب عادة في منطقة الجذع على شكل بثور حمراء مدورة منتشرة قطرها حوالي اسم مصحوب بحكة خفيفة، وأسبابه غير معروفة حتى الآن وهو غير معد ولا يحتاج أغلب المرضى لمعالجة، لأن المرض سيزول ذاتياً دون أن يخلّف أثراً.

وقد نلجأ إلى إعطاء المصاب مضادات الهستامين عن طريق الفم في حال وجود حكة وكذلك ينصح المصاب بالتعرض إلى أشعة الشمس خاصة في الأسبوع الأول من ظهور المرض.

كذلك تستخدم كريمات الكورتيزون الموضعية للتحفيف من الحكة واستخدام كريمات الترطيب على الجلد.



استشارات

في هذا الباب تقدم مجلة «الجلدية» خدمة لقرائنها عبر التواصل من خلال أرقام الفاكسات، أو البريد الإلكتروني وموقع الجمعية السعودية للأمراض وجراحة الجلد. حيث تستقبل استفساراتكم وأسئلتكم ويجيب عليها نخبة متميزة من الاستشاريين المتخصصين من مختلف المستشفيات والمراكز الصحية المتخصصة بالملكة على رقم الفاكس (٢٢٥٣٧٧٧)، والموقع

www.ssds.org



الثعلبة

« اشتكي من ثعلبة في الذقن، ذهبت إلى مستوصف وصرف لي الدكتور كريماً واستخدمته لمدة شهرين الآن، ولكن بدون أي فائدة هل هناك علاجات أخرى؟ »

– الثعلبة من الأمراض الجلدية التي تظهر بشكل بقع صغيرة دائرية خالية من الشعر وقد تظهر في فروة الرأس أو الذقن أو أي مكان آخر في الجسم. وهناك ثلاثة أنواع من الثعلبة والنوع المصاب به الأخ الكريم هو النوع المنطقي.

وهناك العديد من العلاجات للثعلبة وينصح لعلاج النوع المنطقي باستخدام حقن الكورتيزون الموضعية التي تحقن في المناطق المصابة كل 4 أسابيع وقد يحتاج المصاب إلى عدة أشهر للملاحظة نمو الشعر الذي ينمو عادة شعر أبيض ومن ثم يتحول إلى شعر أسود.

كذلك يمكن اللجوء مع الحقن إلى استخدام كريم الانترلين وهو مركب شبيه بالقطران يتم وضعه على المنطقة المصابة لمدة ٢٠ دقيقة تقريباً ثم يغسل حتى لا يسبب تهيجاً للجلد. وأيضاً يمكن استخدام محلول Minoxidil ٥٪ مرتين في اليوم فهو يحفز نمو الشعر وعادة يبدأ نمو الشعر الجديد بعد حوالي ١٢ أسبوعاً ويمكن الجمع بين العلاجات لزيادة فاعلية العلاج.

إزالة الشعر بالحلاوة

« هل حلاوة تنف الشعر (إزالة الشعر غير المرغوب فيه بالحلاوة) لليدين والرجلين هل هي مفيدة أم لها أضرار؟ »

– هناك العديد من الطرق المستخدمة لإزالة الشعر من الجسم ومن هذه الطرق إزالة الشعر بالحلاوة وهي من الطرق الفعالة لإزالة الشعر ويتطلب استخدامها باستمرار، وقد يحدث بعد إزالة الشعر بالحلاوة تكون بثور حمراء في منابت الشعر تزول بعد فترة وتترك أثراً صبغياً على الجلد.

ينصح بعد الإزالة بالحلاوة استخدام كريمات موضعية تحتوي على مضادات حيوية وكورتيزون ووضعها على المناطق التي أزيل منها الشعر واستخدامها لعدة أيام بعد ذلك.

أما في حالة تكون صبغات على الجلد بسبب البثور فيمكن إعطاء المريض كريمات التقشير والتبييض لعدة أسابيع للحصول على النتائج المرجوة.

ولتفادي هذه المضاعفات ينصح باستخدام الطرق الحديثة الفعالة مثل ليزر إزالة الشعر.

الشواك الاسود

« عمري ٢١ سنة واعاني من اسوداد وحشونة في جلدي في منطقة العنق واريد علاجاً لمشكلتي جزاك الله خيراً؟ »

– حسب وصف الأخت السائلة والسواد في العنق أو الأبطان والمناطق التناسلية ويكون مصحوباً بحشونة وتخشن بالجلد يدعى بالشواك الاسود وله خمسة أنواع منها الوراثي والحميد وهذا يكون مترافقاً مع السكري المقاوم بالانسولين والنوع الكاذب ويكون بسبب السمونة والنوع الناتج عن الأدوية مثل حمض الينكوتيك وحبوب منع الحمل والنوع الأخير وهو الخبيث ويأتي عادة مع سرطان الغدد اللمفاوية. ولعلاج ذلك يجب الفحص والتحري عن السبب المحتمل للكشف عن اضطرابات الغدد الصماء أو الاورام والعلاج يعتمد على النوع ففي حالة النوع الكاذب بسبب السمونة فينصح المصاب بحمية للتخفيف من الوزن.

واستخدام كريمات موضعية كريم (Retin-A) لعدة اشهر. وفي الحالات الشديدة يمكن إعطاء المصاب دواء الرواكتان ولعدة شهور للحصول على نتائج جيدة.



شد البشرة بالليزر والتكشير والكريمات

مادة الكولاجين Collagen هدف كثير من علاجات الجلدية الموضعية من كريمات أو الضوئية مثل الليزر.

ومادة الكولاجين هي إحدى المواد المهمة في الجلد المسؤولة عن شد البشرة وتكسرها بسبب الشمس أو عامل السن هو الذي يؤدي إلى التجاعيد لذلك كانت هذه المادة هدفاً لتحسين البشرة وهي ليست الهدف الوحيد وهناك عدة أنواع من العلاجات للتأثير على الخلية التي تفرز مادة الكولاجين وهي Fibroblast.



د. أحمد العيسى*

نتائج الممتازة إلا أن الدراسات الحديثة أوضحت أنه عندما يعمل عينة أو خزعة من الجلد فإنها توضح أن هناك كمية كبيرة وجيدة من الكولاجين الصحي الجيد قد ظهرت ولكن حينما تقارن الصور صور المرض الخارجية قبل وبعد هذا الجهاز تكاد لا ترى فرقاً واضحاً لكثير من المرضى مما جعل الحديث عن هذا الجهاز مؤحراً يكون أقل مبالغة.

وميزة هذا النوع من العلاج أن المريض يحتاج إلى جلسة واحدة فقط وأنه لا يستوجب فترة نقاهة بعدها.

والكلام العدل في هذا الجهاز وهو أنه فعال لبعض المرضى ونسبة فعاليته أحياناً تكون ممتازة وهذا نادراً وأحياناً تكون مقبولة وغالباً ما تكون غير مرضية وسبب عدم الرضا وهو المبالغة من قبل بعض الأطباء بنتائج هذا الجهاز.

لذلك أنصح كثير من الأطباء بعدم المبالغة لكي لا يصدّم المريض بنتائج غير مرضية ويكون فيه ضرر لسمعة هذا الجهاز.

والمشكلة الحقيقية في عدم كثير من المرضى هو أنه في البشرة السمراء قد يحتاج الطبيب إلى التقليل من الجرعة مما يجعل نسبة النجاح أقل.

وليس هناك أضرار طبية من هذا الجهاز لأنه آمن نسبياً ونادراً ما يسبب تصاعبات بنية في الجلد.

٤- ليزر الفراكسل:

وهناك ٤ أنواع من هذا الليزر وهو يعتبر آخر صيحة في الليزر وفكرته بسيطة جداً هو عمل أو إحداث نقط حرارية ليزرية صغيرة في الجلد ذات عمق معين تتسبب في آثاره وتكوين كولاجين جديد يشد البشرة دون حدوث جروح في الجلد فقط احمرار قد يدوم أيام.

ويحتاج المريض ٤ جلسات بين كل جلسة والأخرى شهر.

ورغم أن الحديث عن هذا النوع من الليزر الآن كثير جداً ولكن ننصح بعدم الاندفاع الكبير والمبالغة بالنتائج لأن نسبة نجاحه محدودة وليست لكل الحالات .

وهو يعيد في شد البشرة والكلف وندبات حب الشباب.

نصيحتي العامة هي أن لا يستعجل المريض باستخدام الليزر وأن يتجنب الإصغاء إلى كثير من الدعايات الطبية التي أصبح ينقصها الأمانة العلمية حيث أن الطب التجاري وللأسف يزداد وأن لا ينخدع بصور قبل وبعد لأنها قد تكون أفضل صورة عملها الطبيب فلا تشكل الأغلبية بل النادر من المرضى.

وأتمنى من زملائي الأطباء تحري الصدق وإعطاء المعلومات الكاملة للمرضى قبل عمل الليزر.

* استشاري طب الأمراض الجلدية وجراحة الجلد والعلاج بالليزر

أ) كريمات موضعية ومن أهمها كريم فيتامين (Vit A) ولها تأثير فعال على مدى بعيد لاستئثاره خلية Fibroblast لإفراز مادة الكولاجين الذي يتسبب في شد البشرة إلا أن فعاليته ضعيفة

ب) التقشير الكيميائي العميق : وهناك عدة مواد كيميائية من أشهرها مادة (-Trichlor TCA) acetic acid ولها تأثير ضعيف في شد البشرة وزيادة مادة الكولاجين في الجلد وقد يكون تأثيرها أقوى من فيتامين أ.

ج) الليزر : وهناك عدة أنواع من الليزر :

١. ليزر التقشير ablative laser : والطريقة القديمة هي استخدام ليزر CO₂ أو Erbium

وهذين الليزرين يتم تقشير الوجه كاملاً بهما. ويتسبب هذا التقشير بإزالة كاملة للطبقة السطحية من الجلد وجزءاً من الطبقة الثانية وينتج عن ذلك جرح دموي لمدة أسبوع أو أكثر يلتئم خلال أسبوعين وينتج عن ذلك احمرار شديد في البشرة لمدة أشهر.

يلاحظ بعده المريض سد في البشرة وقد ينتج عن ذلك تصبغات غير مرغوب بها أو حدوث ندبات شبه دائمة أو التهابات فيروسية أو بكتيرية لذلك يفضل أن يأخذ المريض مضادات فيروسية وبكتيرية قبل وخلال وبعد عمل الليزر وعادة ما تكون نسبة التحسن ٣٠٪.

٢. ليزر الشد بدون تقشير : Non ablative وقد ظهرت أنواع كثيرة جداً من الليزر لهذا النوع الذي لا يتسبب في حدوث جروح للطبقة السطحية من الجلد وهو يخترق الجلد إلى خلية Fibroblast ويتسبب في تحسين الجلد وإفراز مادة جيدة من الكولاجين. ولا يحتاج المريض إلى أخذ إجازة عن العمل لأنه لا يحدث جروح ولا يحتاج إلى إعطاء أي مضادات فيروسية أو بكتيرية

وقد اشتهر هذا النوع من الليزر قبل خمس سنوات إلا أن نتائج هذا النوع من الليزر عادة غير مرضية لأن نسبة التحسن جداً ضعيفة ولا يراها المريض مرضية. لذلك قل كثيراً استخدام هذا النوع من الليزر.

٣. الثيرماج : وهي تقنية نسبياً حديثة عبارة عن تسخين طبقات الجلد العليا وخاصة مادة الكولاجين بواسطة أشعة RF (التردد الإشعاعي السعوي) وهي مؤلمة جداً وعبارة عن جلسة واحدة تتسبب باحمرار بسيط بعد الجلسة يتم معاينة النتائج بعد أشهر وهي شد في البشرة.

ورغم أن الحديث عن هذا الجهاز كان فيه من المبالغات الطبية الفائقة والتي أضرت بسمعة هذا الجهاز حيث أنه في أوائل استخدامات هذا الجهاز كان يسمى جهاز شد الوجه بدون جراحة من شدة المبالغة في

تظهر معه التجاعيد والخطوط الرفيعة وتصبح البشرة رقيقة وجافة

أشعة الشمس تزيد من تسارع عملية هرم الجلد

لم ولن يتوقف الحدث عن أخطار التدخين، وأشعة الشمس المباشرة، فكل منها خطره المباشر على الصحة عامة، والجلد بصفة خاصة. ونحن الآن بصدد عملية رصد لبعض أخطارهما على الجلد ومظهره، والأمراض الخطيرة التي يسببهاها.

يترافق مع عملية هرم الجلد حدوث تغيرات في خصائص ومظهر الجلد وفي الواقع يتسارع الهرم أكثر في المناطق المعرضة للشمس (الإشعاع فوق البنفسجي) وتعرف هذه العملية بالهرم الضوئي، يحدث الهرم الضوئي بسبب تعرض طبقات الجلد الخارجية (البشرة) لضرر أشعة UVB ذات طول موجي قصير مع تعرض طبقات الجلد الوسطى (الادمة) لضرر أشعة UVA ذات طول موجي طويل. وعادة ما تظهر التغيرات بشكل أوضح في الوجه وتتضح في عمر مبكر عند الأشخاص الذين يقضون وقتاً طويلاً في الخارج خصوصاً إذا كانوا من ذوي البشرة البيضاء.



الـ DAN وله تأثير بالغ على نظام المناعة في الجلد وهذا يعني بأن الجلد الهرم هو أكثر عرضة للإصابة بسرطان الجلد لذا فإنه يتوجب عليك

تفحص جلدك ملاحظة وجود آفات تتطلب العلاج فيما إذا كنت أكثر من ٤٠ عاماً ومن ذوي البشرة البيضاء وقد تعرضت لحروق شمسية شديدة أو تعمل خارج المنزل. كذلك قم باستشارة طبيبك في حال لاحظت وجود كتل نامية أو جروح لا تشفى أو ظهرت لديك بقع جديدة أو حتى فقط لأجراء فحص شامل.

تقرنات شمسية

معروفة أيضاً بالتقرنات الأكتينية وهي عبارة عن بقع جافة حمراء رقيقة تتواجد غالباً على الصدغين أو قصبه الأنف أو الوجنتين أو الشفة العليا ويشيع وجودها على ظهر اليدين وغالباً ما تزال بواسطة المعالجة بالتبريد (التجميد باستخدام النتروجين السائل).

سرطان الخلايا القاعدية (BCC)

يعد من أكثر السرطانات شيوعاً وهو عبارة عن كتلة بلون الجلد تنمو ببطء قد تتحول إلى التهاب لا يشفى وعادة ما يشيع وجودها على الجبهة أو جانبي الأنف. أما في حالة ظهرت على الجسد فإنها تكون بشكل رقع حمراء حشرية عدة تنمو غالباً يظهر في المنطقة السفلية من الأرجل.

سرطان الخلايا الحشرية (SCC)

قد ينمو هذا النوع من السرطانات بسرعة مشكلاً كتلة حشرية رقيقة وعادة ما تظهر في المناطق المكشوفة

كما يزيد التدخين من تسارع عملية هرم الجلد حيث يعاني المدخنون لوقت طويل من ظهور خطوط في الوجه أكثر من غير المدخنين من الفئة العمرية ذاتها أيضاً ويميل لون بشرة المدخنين للون الأصفر وللشحوب إضافة إلى ما يسببه التدخين من زيادة فرصة الإصابة بسرطان الجلد.

التغيرات التي يسببها الهرم الضوئي:

يسبب الهرم الضوئي أو التلف الذي تسببه الشمس ظهور التجاعيد والخطوط الرفيعة وأحداث تغيير في اللون والنسيج الجلدي حيث تصبح البشرة أرق، مما يسبب سهولة تمزق وتكشط الجلد كما وتزيد درجة جفاف الجلد لقلة قدرته على احتباس الماء.

أيضاً يظهر على الجلد نتوءات مثخنة صفراء (elastosis) بسبب تكون كتل متشابكة من بروتين المرين التالف في الأدمة مما تزيد نسبة الكولاجين فيها بسبب الندب المتكونة جراء الالتهابات المتكررة (بسبب حروق الشمس وحب الشباب وغيرها من الأمراض الأخرى) وتتميز هذه الأدمة المثخنة بقلة مرونتها وضعفها أكثر من الأدمة الطبيعية.

ومن التغيرات أيضاً، النشاط الزائد للخلايا الصغية (melanocytes) والذي يسبب في أحداث تصبغات مبقعة من التمش البني أو البرش الشمسي أو الرقعة البيضاء (idiopathic guttate hypomelanosis) كما وقد تظهر أيضاً أوعية شعرية متوسعة telangiectases أو أورام وعائية حمراء angiomas أو كدمات كلاج شيخوخي senile purpura، أيضاً وقد تسد جريبات الشعر طبقات الجلد الميتة أو البروتينات الخلوية المتكسرة مما يسبب ظهور بثور الرؤوس السوداء أو البيضاء solar comedones أو ظهور نتوءات بنية لامعة مليئة بالتهلام تدعى بـ «الدخنية الغراوية» كما ويميل الجلد إلى تكوين آفات ثلولية بنية غير مؤذية.

سرطان الجلد

يسبب الإشعاع فوق البنفسجي في أحداث أكسدة واثنية وتغيرات جينية في المكونات الخلوية منضمة

خصوصاً الأنف والشفاه والأيدي والمنطقة السفلية من الأرجل وتنمو غالباً بسبب التقرنات الشمسية والطريقة المعتادة للمعالجة في الاستئصال الجراحي.

الورم القماميني (Melanoma)

وهو أقل السرطانات شيوعاً لكنه الأكثر خطورة وقد يصيب اليافعين أيضاً والمتقدمين في السن ويظهر على شكل شامة نامية أو نمشة ذات شكل غير منتظم وفي حال شخصت وأزيلت بإجراء عملية بسيطة وبمرحلة مبكرة فإنه عادة يحدث الشفاء.

المدخنون أكثر عرضة للإصابة بسرطان الخلايا الحشرية الإشعاع فوق البنفسجي له تأثير بالغ على مناعة الجلد

البخاخات ومجففات الشعر والقبعات الصغيرة تريد منها

دراسة حديثة: فطريات تعيش في فروة الرأس وتسبب القشرة

كثير من الناس يرى انها مشكلة جمالية ومزعجة بكثرة ظهورها بشكل واضح على الملابس خلال ايام الشتاء ومع الملابس الشتوية هي علامة واضحة وتتساقط على الاكتاف وتتناثر بشكل لافت للنظر هي ليست بمستوى واحد في الاصابة بل تتباين من شخص لآخر بعضهم تأتية لفترات محددة وتودعه لأشهر وبعضهم الآخر ترافقه طوال السنة.

من الصعب أن تخفيها وان تنهي معاملها لأنها حتماً ستظهر وسيكتشفها الآخرون قبل ان تكتشفها انت.

لذا تجد الاعلانات التجارية في مختلف وسائل الإعلام تلمس جانب الجمال والمظهر في عرضها لمنتجها وتدعي انه سيقضي على القشرة تماماً وسيقتلعها من جذورها، وكثير من الناس لا يراجع الطبيب المختص الا حين تتفاقم الحالة، ويكتفي فقط بزيارة اقرب صيدلية لأخذ احد الانواع الموجودة من الشامبوات وحياتاً دواء معيناً (مدحه) الصيدلي واثني عليه فيأخذه لتبدأ مرحلة العلاج كما قال له الصيدلي، وكثير من تلك المراحل تنتهي بنهاية الاستخدام فلا حلا جذرياً ونهائياً كما تذكر تلك الاعلانات وكما يدعي بعض الصيادلة. فالقشرة تعد من الامراض الجلدية التي تحتاج لتشخيص وعلاج فزيارة الطبيب المختص والكشف السريري هما الحد الفاصل بين المرضى والعلاج ومن خلال هذا الموضوع سنتطرق الى اسباب الاصابة وطرق العلاج.

يتوسف الجلد الميت عند الانسان باستمرار ويتبدل الجلد بأكمله كل ٤٢ يوماً، فالقشرة هي توسف لخلايا الجلد الميت في الرأس لكن بدرجة شديدة وهي نتيجة عملية النمو الطبيعية للجلد في الرأس فالقشرة فصلية، وهي اكثر في الشتاء واخف في الصيف، وتظهر عادة بعد البلوغ، وتكثر عند الرجال وتكون على شكل قشور بيضاء ناعمة مصحوبة بحكة، وقد تكون في اماكن محددة من الرأس او تصيب جميع اجزاء الرأس، وظهرت الدراسات الحديثة ان هناك نوعاً من الفطريات التي تعيش على فروة الرأس (Malassezia) تنمو بكثرة في فروة الرأس وتسبب القشرة بأسباب غير معروفة وهناك عوامل أخرى تزيد القشرة سوءاً ومنها الاستعمال الكثير والمتكرر لبخاخات الشعر والجلي، كذلك الاستعمال غير المناسب للصبغات او الاستعمال الزائد لمجففات الشعر الكهربائية، أيضاً للطقس البارد والتدفئة الجافة في المنازل دور في ذلك. ولبس القبعات الصغيرة المحكمة، كذلك هناك دور للقلق والضغط النفسي، وقد تكون مصاحبة لبعض الامراض العصبية كمرض باركنسون.

العلاج: القشرة هي عملية طبيعية فلا يمكن ان تشفى لكن يمكن السيطرة عليها فالقشرة الخفيفة يمكن السيطرة عليها بغسل الرأس المنتظم بشامبو لطيف غير طبي، اذا لم يتم السيطرة على القشرة بالغسل المتكرر بالشامبو فلا بد من شامبو طبي مضاد للقشرة، وعلى المصاب بالقشرة استخدام عدة انواع من الشامبوات المضادة للقشرة للوصول الى النوع الجيد وهناك انواع كثيرة من الشامبوات المستخدمة لعلاج القشرة ومنها:

١- Zinc Pyrithione Shampoos وهذا النوع من الشامبو يحتوي على مادة بريتون الزنك الفعالة ضد البكتيريا والفطريات.



٢- Tar-based Shampoos

وهذا النوع يحتوي على مادة القطران وهذه المادة تساعد على تخفيف نسبة نمو وتكاثر الطبقة القرنية الطبقة العليا من الجلد على الرأس وهذا النوع من الشامبوهات يحتوي على رائحة مزعجة ويجعل الجلد حساسا عند التعرض للشمس.

٣- Salicylic Acid Shampoo

هذا النوع من الشامبو يساعد على التخلص من القشور، ولكن قد يجعل الشعر جافا، لذلك ينصح باستخدام البلسم بعد ذلك.

٤- Selenium Sulfide Sham-

poo هذا النوع من الشامبو يخفف من تكاثر الخلايا، والتقليل من عدد الفطريات المسببة للقشرة.

٥- Ketoconazole Shampoo

وهذا النوع يحتوي على مادة فعالة مضادة للفطريات وبالتالي التمثيل من القشرة.

وينصح باستخدام الشامبو المضاد للقشرة يوميا بعد ذلك تقلل الى مرتين او ثلاث مرات في الاسبوع اذا تم التحكم بالقشرة. واذا قلت فاعلية أحد الشامبوهات المعالجة للقشرة فينصح باستخدام نوع آخر وكذلك ينصح بترك الشامبو على فروة الرأس لمدة (٥) دقائق اما اذا استمرت المشكلة فمن الواجب مراجعة طبيب الجلدية لأن هناك امراض جلدية اخرى تشابه القشرة مثل الحساسية الدهنية التي تظهر بشكل احمرار في الجلد مصحوبة بقشور بيضاء وصفراء وتصيب مناطق اخرى من الجسم مثل الحواجب وجانب الأنف والصدر وكذلك مرض الصدفية الذي قد يظهر بشكل قشور على فروة الرأس ويمكن التعرف عليه من قبل طبيب الجلدية بوجوده في مناطق اخرى من الجسم كذلك التحسس من المواد التجميلية المستخدمة للعناية بالشعر قد تظهر بشكل قشور بيضاء مصحوبة بحكة وجفاف بفروة الرأس.

**القشرة عملية طبيعية
يمكن السيطرة عليها
توجد أنواع فعالة من
الشامبوهات الطبية**



الوقاية خير من العلاج

التعرض لأشعة الشمس غالباً ما يعرض البشرة لمشاكل كثيرة جداً ومن أهمها التصبغات التجاعيد وهذا ما يسمى (Photo Aging) أو الشيخوخة الناتجة عن أشعة الشمس ويعد أكثر شيوعاً بين النساء اللاتي لا يستخدمن واقياً للشمس أو أنهن لا يستخدمن الواقي بشكل صحيح أو أن يكون غير مناسب لحماية البشرة. نصائح خاصة وبسيطة تستطيعين بها تحديد كفاءة الواقي.

- (SPF) أو معامل الحماية

أثبتت الأبحاث الحديثة في الولايات المتحدة الأمريكية أن هذا المعامل يكون مثالياً عندما يتراوح بين ١٥ و ٣٠ حيث إن منظمة الدواء والأغذية الأمريكية ألزمت الشركات على كتابة معامل الحماية الذي يزيد عن (٣٠) بهذا الشكل (+٣٠) وهذا يحمي المستهلك من أن ينساق وراء أرقام عالية يتحيل أنها تعطي حماية أكثر لأنه إذا زاد عن ذلك يكون ضاراً بالبشرة لأن الوصول إلى معامل أكثر من ٣٠ يعني استخدام مواد كيميائية رائدة عن حاجة الجلد.

- وجود مضادات الأكسدة

ينتج عن تعرض البشرة لأشعة الشمس ما يسمى بالشقائق الحرة، ليست أشعة الشمس فقط المسؤولة عن مثل هذه الشقائق إنما التلوث أيضاً، هذه الشقائق ضارة جداً بالبشرة حيث إنها المسبب الأول للشيخوخة والحل الوحيد للقضاء على هذه الشقائق يكون بمضادات الأكسدة ومن أمثلتها فيتامين A.E.C. وحيث إن شركة DDF رائدة في مجال معالجة وحماية البشرة فقد أوجدت واقي شمس يسمى

(Moisturizing Photo-Age Protection SPF 30) وهو

واقي شمس مرطب يحمي البشرة ويقلل ظهور علامات الشيخوخة (التجاعيد) بإذن الله.

- يحتوي على مرطب لكي يتناسب مع البشرة العادية والجافة وحيث إنه غير دهني يمكن استخدامه أيضاً للبشرة الدهنية.
- معامل حماية (SPF) ٣٠ وهو أقصى معامل يمكن استخدامه بأمان.

- يحتوي على ١١ مادة مضادة للأكسدة.

Vitamins A.E.C. Co-Q10, Gluthianone, Grape Seed Extract, N-Acetylcysteine, Pycnogenol, Zinc, B5, Lutein, Genistein

أقصى حماية لبشرة تبحث عن الشباب

DDF the Medical concept of skin care
المفهوم الطبي للعناية بالبشرة.





النجم يوسف الجراح للجلدية
ما حدث مع نانسي غير صحيح..
ولو فعلت لكنت سكبت عليها
الشاي فعلاً

صحن الفول والتميس في مقدمة
قائمة طعامي في رمضان

الفنان

الرائع **يوسف الجراح** والشهير بطرطشلي صاحب المواقف الكوميديّة الباسمة عبر المسلسل الجماهيري طاش ما طاش يستعد هذه الأيام لتقديم برنامج مسابقات ضخم على القناة الأولى في التلفزيون السعودي ويعد الجراح من الفنانين الذين يحرصون على تأدية دورهم الاجتماعي والإنساني حيث لا يكاد يغيب الجراح عن حفلات الأطفال المعوقين ومناسباتهم الخاصة كما أنه يحرص على زيارة المرضى المنومين في المستشفيات ليكون حضوره معهم دفعا نفسيا للعلاج، الفنان يوسف الجراح يحمل الكثير من الأشياء التي نحاول التعرف عليها من خلال هذا الحوار.

❖ **في البداية تعد حاليا سفير الإنسانية في المملكة حيث يعرف يوسف الجراح بحرصه على حضور المناسبات الاجتماعية والإنسانية كيف ترى هذا الدور الذي تقدمه وأنت ممثل ولديك الكثير من الارتباطات؟**

- اعتقد أنه من الواجب على كل من يحمل صفة فنان بأن يكون له دور اجتماعي وإنساني وهذا هو الدور الحقيقي للفنان حيث يجب أن يعطي من وقته للأطفال المعوقين والمرضى وأيضا المسجونين فالحياة بحاجة إلى من يعطيك فيها دافعا للإنجاز وتجاوز الصعاب وأنا أتمس بمدى سعادة من أזורهم وأشركهم فرحتهم وهذه اللحظات من أجمل الأوقات في حياتي.

❖ **كيف يرى يوسف الجراح عمليات التجميل التي تكثر منها النساء؟**

- المرأة بطبيعتها تبحث عن الجمال ولكن الجمال الروحي هو الأهم عندي من الجمال الشكلي وبكل تأكيد أن هذه العمليات لها جوانب نفسية تؤثر على المرأة والأطباء هم اعرف بهذا الأمر ولكني اعتقد أنها مضره وغير مفيدة إلا في حالات الضرورة القصوى التي تستدعي إجراء عمليات التجميل.

ولكن بعضهم يجري عمليات تجميل حتى تتناسب سحبة العين مع موديل الصستان أو البهطلون وعجب.

❖ **ماذا تعني لك الرشاقة؟**

- الرشاقة كنز لا يفنى

❖ **من هو الممثل الذي تغار من خفة وزنه؟**

- عبدالله المزيني المشهور برقيه

❖ **ألا تعتقد أنك تحرض المشاهدين على استعمال الشيشة في شخصية أبو أيمن لما يطلب من أم أيمن الشيشة؟**

- أبدا هذا ليس تحريض هي جملة يطلق عليها فيه كوميدي كما أنني لم اظهر في طاش وأنا أدخن الشيشة ولا غيرها والحمد لله أنني غير مدخن في وسط يعج بالمدخنين الله يصلحهم ويتركونه بلا رجعه إن شاء الله.



عمليات التجميل تجري حتى تتناسب

سحبه العين مع موديل الفستان

الرشاقة كنز لا يفنى

لقراء الجدية «اللهم سلم جلودكم»



حدثنا عن مشروع برنامجك الجديد الذي سيقدم على القناة الأولى في شهر رمضان المبارك؟

- هو برنامج مسابقات بعنوان نجوم المعرفة ويعتمد في فكرته على استضافة نجوم في مجالات متعددة مثل الرياضة والفن والطب وغيرها ويوضع الضيف أمام لجنة المسابقة وتوجه إليه أسئلة متنوعة يحاول الإجابة عليها وهناك جوائز ستقدم للضيف والمشاهدين حيث يتم طرح سؤال للمشاهدين في كل حلقة وعليهم أن يجيبوا على الأسئلة ويتم اختيار الفائزين في نهاية البرنامج والمكون من ٢٠ حلقة ويمناسبة هذا البرنامج اشكر معالي وزير الإعلام الأستاذ إياد مدني لترشيحه لي لتقديم هذا البرنامج عبر قناتنا السعودية الرائعة كما اشكر سعادة المستشار الأستاذ محمد قزاز الذي بذل جهودا كبيرا ومتابعة المستمرة لهذا البرنامج الذي يعد الأهم في خارطة برامج شهر رمضان.

هل ستشارك في طاش هذا العام؟

- نعم سأشارك في ٦ حلقات وهي توت بيروت وحارة السلوت وصورت في سوريا وحلقة اطلع وأنا قمت بكتابتها وستكون بإذن الله من الحلقات المميزة إن شاء الله وحلقة ليموزين وحلقة شهباني.

هل هناك مشاريع فنية أخرى قادمة؟

- بإذن الله نحن بصدد تقديم عمل درامي وسيتم تصويره قريبا لصالح قناة mbc ويكتب حاليا وسيعرض خارج خارطة رمضان إن شاء الله.

ماذا تقول لقراء مجلة الجدية؟

- اللهم سلم جلودهم وجعلها بخير وأتمنى ألا يعرضوا جلودهم للشمس كثيرا علشان الأبيض ما يصير اسمر والأسمر ما يصير أسمرين وأنا أحب المثل القائل ماحك جلدك مثل ظفرك وتحياتي لكل القائمين على هذه المجلة.

نقلت كثير من منتديات الانترنت قصة قيامك بسكب الشاي على نانسي عجرم عندما سألتها عن كثرت عمليات التجميل التي قامت بها حيث قالت إن الله عز وجل لا يعرف يخلق وأنت غضبت من كلامها وسكبت عليها الشاي ما مدى صحة ما تم تناقله عبر الانترنت؟

- هذه إشاعات وليس فيها من الحقيقة شيء ولو حدث فعلا ما تم تناقله لكانت ردة فعلي كما ذكر ولكن لم يحدث هذا الشيء.

ما برنامجك الغذائي في رمضان؟

- اللبن والتمر والسمبوسة أهم شي بالنسبة لي على مائدة الإفطار في رمضان وشورية الدجاج وصحن الفول والتميس في مقدمة قائمة الطعام.

يبدو انك بنوجه إلى التعدم أكثر من التمثيل فهل تفضل التقديم في أستوديو مكيف على التمثيل الذي يواجه ظروف تصوير صعبه؟

- بصراحة عمل مقدم البرامج أسهل من عمل الممثل من عدة جوانب ولكي أحب التمثيل أكثر من التقديم لأن مساحة الإبداع في التمثيل أكبر خصوصا أن الممثل هو من يقدم دوره بالشكل والطريقة التي تعجبه بينما التقديم يحكم بأسلوب عمل المحطة وطبيعة البرنامج وعلى سبيل المثال برنامج آدم يتطرق لمواضيع كثيرة تهم المجتمع العربي وهذه الأشياء مرتبطة بالتمثيل.

الأخيرة



د. علي بن سعيد
الفاضي *

إصابات المرور.. والتأهيل الطبي

تتجاوز حالات الإصابة المرتبطة بحوادث المرور في المملكة أكثر من ٣٥ ألف حالة سنوياً بينها ما لا يقل عن ألفي حالة تنتهي بإعاقة مستديمة، وهناك ما يزيد على ٥ آلاف حالة وفاة مرورية وفق ما تعلنه الإحصاءات الرسمية وهي أرقام بالرغم من ضخامتها النسبية إلا أنها لا تشمل من يلقي حتفه أثناء مرحلة العلاج فالفجوة الإحصائية بين المرور والمستشفيات ما برحت قائمة. من ناحية طبية فإن إصابات المرور في بلادنا تتسم بجسامتها مقارنة بتلك في البلدان الأخرى ولعل في ارتباط وقوع الحوادث على طرقاتنا بظروف السرعات العالية دور في ذلك اعتماداً على الحقيقة القائلة إن نحو ٤٠٪ من حوادث المرور المسجلة في المملكة تعزى إلى السرعة بشكل أو آحر، وبالطبع فإن حدوث الصدام في ظروف السرعة العالية من ناحية فيزيائية يؤدي إلى تعرض الجسم إلى إصابات خطيرة.

وبالنظر إلى الارتباط الزمني بدرجة خطورة الإصابة تشير دراسة طبية محلية إلى أن الإصابات المؤقتة تمثل نحو ٩٤٪ ويقصد بها حالات الإصابات التي تتطلب علاجاً لفترة زمنية محددة حتى يعود المصاب إلى حالته الطبيعية التي كان عليها قبل الحادث، وعليه فإن حالات الإصابات المستديمة تصل إلى ٦٪. وتؤكد الدراسة أن ١٢ من بين كل ١٠٠ من مرتادي مركز التأهيل الطبي بمدينة الرياض وهو يتبع لوزارة الصحة هم من ضحايا حوادث المرور، ويدل توزيع الإصابات المرورية بحسب نوع الإصابة وفق تصنيف مركز التأهيل إلى أن الحالات التي تعاني من تشوه جسدي تصل إلى ربع الحالات تقريباً (٢٣، ٢٤٪)، فيما تسجل حالات بتر أحد أو بعض الأطراف إلى ما يزيد على الخمس (٢٠، ٨٢٪)، ومثل هذه النسب تشير إلى احتياج حالات كثيرة من مصابي حوادث المرور إلى العلاج التجميلي لاسيما وأن كثيراً من حالات التشوه تكون ناجمة عن تعرض جسم المصاب للاحتراق بعد الصدم وهو ما يتطلب التعامل مع تجميل بحسب درجة الإصابة وبالتأكيد فإن جلد المصاب أكثر عرضة للتشوه في هذه الحوادث سواء بسبب التعرض للحريق أو بفعل الجروح والكدمات ونحوها.

ورغم مآسي نتائج حوادث المرور في المملكة وهذا خسارة بشرية والحاجة الطبية المتزايدة لأغراض العلاج والتأهيل والتجميل إلا أن ثمة غياباً واضحاً لمعاهد أو مراكز متخصصة لتأهيل مهنيين متخصصين في التعامل مع تلك الحالات سواء على مستوى الأطباء أو الممرضين أو الفنيين ومتخصصي العلاج الطبيعي وغيرهم. إن حجم الخسارة الناجمة من حوادث المرور تحتم أن يكون هناك مؤسسات لتأهيل العاملين في مجال الطب الطارئ المخصص لضحايا حوادث المرور حتى يتم التعامل مع ضحايا تلك الحوادث بحرفية كافية لإنقاذ هؤلاء الضحايا أو في أقل الظروف تخفيف معاناتهم بتقليل درجة الإصابة وخطورتها والتشوهات الجسدية الناتجة منها.

* رئيس اللجنة الوطنية لسلامة المرور



VICHY

LABORATOIRES

الصحة تكمن أيضا في سلامة البشرة.



مجموعة التقشير الدقيق من فيشي

تحديد خلايا البشرة وإعادة بنائها

مجموعة مصححة للبشرة تجمع بين التقشير الدقيق باستخدام حبيبات الكريستال و التقشير السطحي تركيز المواد الفعالة في المنتج ونسبة الحمضية لها مثالية للاستخدام المنزلي الآمن.

استخدام الأربع مراحل مرة اسبوعيا لمدة ٣ اسابيع متصلة.



المرحلة الأولى
التقشير الدقيق باستخدام
حبيبات الكريستال



المرحلة الثانية
التقشير السطحي



المرحلة الثالثة
إعادة التوازن الحمضي للبشرة
عن طريق المحلول المتعادل



العناية اللاحقة لتقدم
البشرة بالسن

نتائج ملحوظة على جميع أعراض تقدم البشرة بالسن كما لوحظ في دراسة سريرية تحت إشراف أطباء الجلد: ٤٢ سيدة تتراوح أعمارهن بين ٣٤ عام إلى ٧٠ عاما يعانين من بشرة متوسطة التجاعيد.

نتائج الدراسة على مدار ٣ أسابيع

تناقص التجاعيد والخطوط الرفيعة بنسبة: -١٤%*

تحسن صفاء البشرة بنسبة: +٤١%**

يضيّق مسامات البشرة بنسبة: -٤٠%*

تحسن ملمس البشرة بنسبة: +٤١%**

*p<0.05
**p<0.001

فيشي. الصحة تكمن أيضا في سلامة البشرة

www.vichy.com

VICHY
LABORATOIRES

إنتفاءات تلو الأخرى في البشرة
ينتج عنها علامات واضحة تؤدي إلى التجاعيد

MYOKINE

عناية يومية تحتوي على مادة الأدينوكسين لتضيق ومقاومة التجاعيد

تحتاج البشرة إلى ٣
ملغ يوميا لإزالة التجاعيد
وإنتفاءات البشرة.

لأول مرة في المجال الطبي يتم استخدام مادة
الأدينوكسين لمقاومة هذه العلامات والتجاعيد الناتجة من إنشاءات
البشرة، يتم تصحيح التجاعيد لتعود البشرة إلى شكلها الطبيعي



الصحة تكمن أيضا في سلامة البشرة

www.vichy.com