

# الجلدية



مجلة تصدرها الجمعية السعودية  
لأمراض وجراحة الجلد  
العدد السابع ١٤٢٨ هـ

لا علاقة بين مزيلات الترقق والإصابة بسرطان الثدي

العناية بالبشرة  
في الطقس المتقلب

## الزئبق

9

### كريمات التبييض

الحيان:

زوجتي معجبة بي وسعيدة بالتغير الأخير





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

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

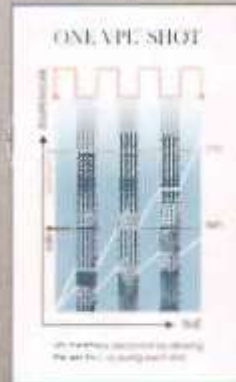


يمكن النجاح الفائق لجهاز Energist Ultra VPL في طاقته الكبيرة والتي تصل إلى ٥١ جول/سم<sup>2</sup> ونظام تحكمه المتقدم والذي يتيح أكثر من "840" منظومة أداء ، هذا النظام الذي يسمح للمعالج أو المعالجة الاستفادة من طاقة الجهاز العالية باستخدام طاقات عالية لفعالية أكبر ولنتائج أفضل مع الحفاظ على سلامة البشرة 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



إمداد | 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



**أدماة**  
مستشفى وعيادات

جلدية / جراحة التجميل ✨ العلاج بالليزر ✂ زراعة الشعر ✂ العناية بالبشرة  
معايير عالمية في جراحة التجميل ✦ خبرات أمريكية وفرنسية

## عمليات الوجه وطرق تحسينها



- إزالة التجاعيد بحقن البوتوكس.
- إزالة الندبات من الكي واللشمانيا واثار حب الشباب.
- حقن الدهون والكولاجين في الخدين والشفتين والطقة الأنفية والشفوية.
- تجميل الأذن • تجميل الأنف • تجميل الشفة

### إزالة الشعر بالليزر

- إزالة الشعر الزائد لجميع أنواع البشرة
- تحديد الذقن للرجال

للاستشارة الطبية الرجاء إرسال رسالة قصيرة

الجوال: 83800 - موبايلي: 6350

**SMS**

لتقليل الانتظار

احجز مسبقا

جدة

**6600000**

الرياض

**4660000**

نشقف ونعالج

مجلة تصدرها الجمعية السعودية  
لامراض وجراحة الجلد  
ردمد: ٢٣٣٠-١٦٥٨  
رقم ايداع: ١٤٣٦/١٣٤٠

### 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 ٥٤٦٨ الرمز البريدي ١١٦١٤

هاتف: ٤٤٨٨٣٥٥٣

فاكس: ٤٤٨٢١٤١

الموقع على شبكة الانترنت:

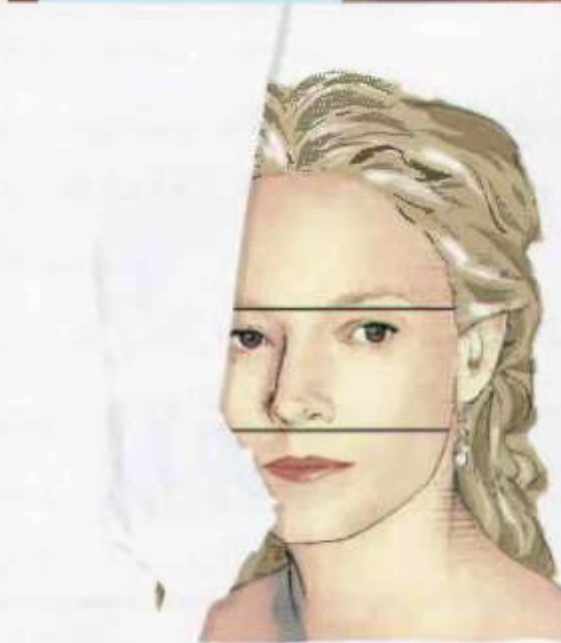
[www.ssdds.org](http://www.ssdds.org)

المراسلات باسم رئيس التحرير



في الشتاء شفاهنا  
تتأذى من التشققات

22



الشمس، سوء التغذية، قلة النوم،  
التدخين وأثرها على البشرة

36

الشري  
طفح جلدي  
تصابه  
حكة  
شديدة

10

طرق لعلاج  
الندبات

14

الدورتيوزونات  
الموضعية

34

38

الذئبة الحمراء

30

الحساسية  
التلامسية





*The Medical Concept of Skin Care*  
 المفهوم الطبي للعناية بالبشرة



**EDDF®**

Doctor's Dermatologic Formula

**DAL PHARMA**  
 www.dolpharma.com

42



ليزر الفراكل والثيرماج  
بين الحقيقة والخيال

46



الشعر الأبيض وماجس  
الشيخوخة

50



الحكة الجلدية

المدير المسؤول  
علي محمد المنيع

التصميم والإخراج والطباعة  
الجريدة للخدمات الإعلامية



التحرير والتنسيق الصحفي  
الجريدة للخدمات الإعلامية

ص.ب. ٤٢٣٦٢ الرياض ١١٥٤١  
هاتف: ٢٢٥٠١١١ (خمس خطوط)  
فاكس: ٢٢٥٣٧٧٧

www.aljareeda.com.sa

التوزيع



الشركة الوطنية للتوزيع الرياض  
هاتف: ٤٨٧١٤١٤ - فاكس: ٤٨٧١٤٦٠

الاشتراكات.الإعلانات  
الجريدة للخدمات الإعلامية

المملكة العربية السعودية . الرياض.  
حي المروج، طريق الملك عبد العزيز  
ص.ب. ٤٢٣٦٢ الرياض ١١٥٤١  
هاتف: ٢٢٥٠١١١ (خمس خطوط)  
فاكس: ٢٢٥٣٧٧٧

58



تفطط الأنف

إمداد imdad

جودة | خبرة | خدمة

أرقى تقنيات معالجات الجلد والبشرة وقوام الجسم

المملكة العربية السعودية - الرياض: الهاتف ٩٦٦١ ٤٦٥٠٣٧١، الفاكس: ٩٦٦١ ٤٦٤٩٢٢٥

جدة: الهاتف: ٩٦٦٢ ٦١٥٠٦٤٤، الفاكس: ٩٦٦٢ ٦١٥٢٤٢٥

الخبث: الهاتف: ٩٦٦٢ ٨٩١٥٠١٥، الفاكس: ٩٦٦٢ ٨٩١٤٣٦٠٢

راعي مشارك





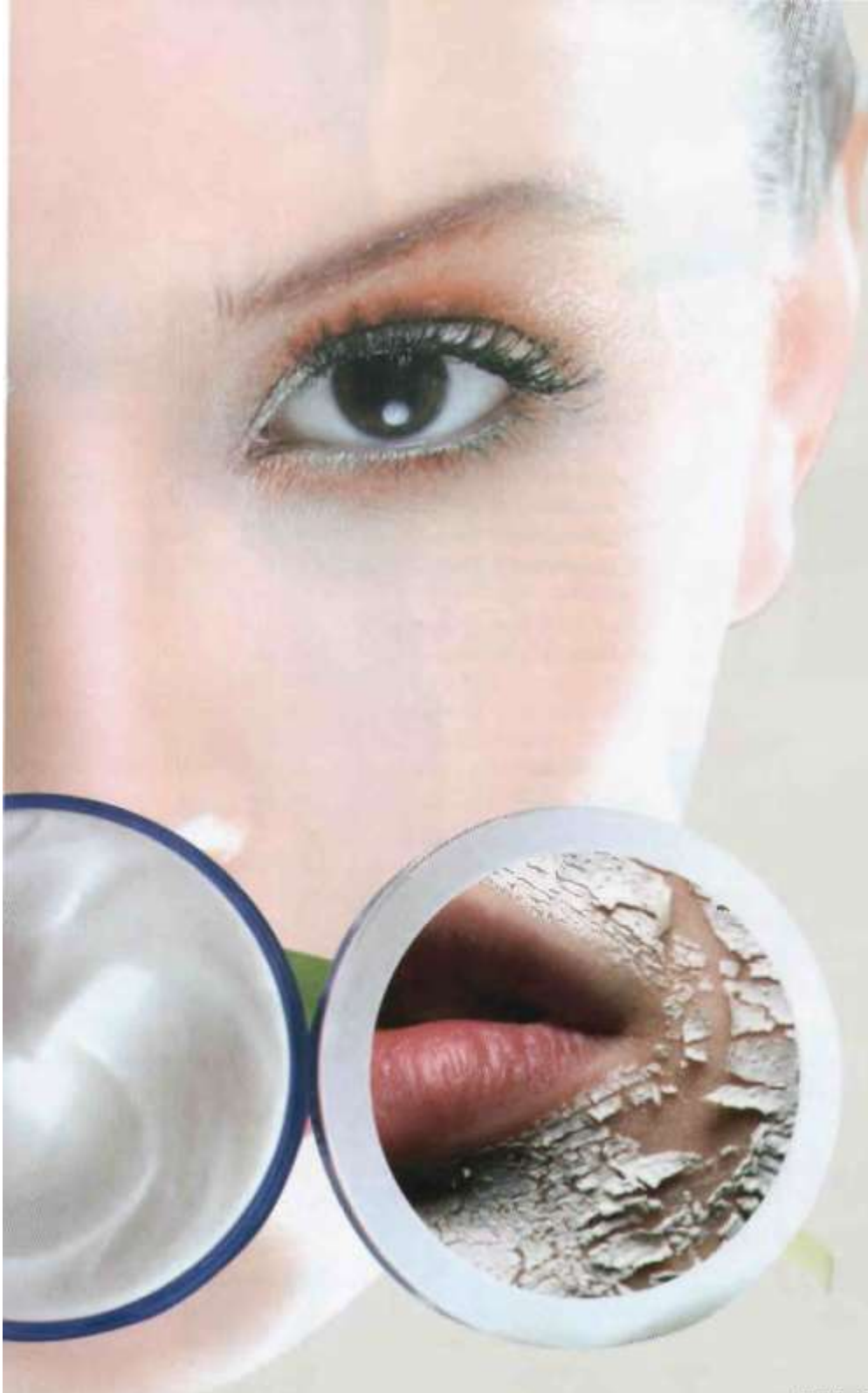
## القطاع الصحي الخاص رافد للقطاع الحكومي

يمثل القطاع الصحي الخاص رافداً مهماً مسانداً للقطاع الصحي الحكومي بما يقدمه من خدمات صحية متطورة تشمل كافة التخصصات، ويظهر ذلك جلياً من خلال محاولة تطبيق نظام المؤسسات الصحية الخاصة، وتشجيع الاستثمار في هذا المجال الحيوي بتقديم كافة التسهيلات والإجراءات لإنشاء وتشغيل المرافق الصحية، حيث تمثل المستشفيات الخاصة حوالي ٢١٪ من إجمالي المستشفيات بالمملكة.

لقد استشرفت وزارة الصحة المستقبل بعدد كبير من الآليات تمثل منظومة عمل متكاملة تدعم الاستثمار الطبي الخاص وتجعله مسانداً ومكملاً للقطاع الطبي الحكومي، لتتعاطم الفائدة بشقيها المهني والوطني، يتضح ذلك من تصريحات مسؤولي وزارة الصحة بدعم إصدار تراخيص بناء المستشفيات الجديدة في أسرع وقت، المطالبة بتكوين إتحاد بين المستثمرين لبناء مدن طبية متكاملة بدءاً بالمدين الكبرى مثل: الرياض، جدة، الدمام، مكة المكرمة، المدينة المنورة، وتذليل كافة الصعوبات التي يواجهها المستثمرين، وأيضاً تفاعل الجهات الحكومية الأخرى التي أبدت رغبتها وحماسها لتذليل مايلبها من هذا المشروع الوطني.

إن تلك الرؤى عندما تدعم وبجدية ستحدث بلا شك طفرة حضارية صحية غير مسبوقه تضاهي مثيلاتها في دول العالم المتحضر بإذن الله، التي خاضت التجربة بنجاح، ولكن مايميز التجربة المحلية، اهتمامها بالجانب الإنساني، فوزارة الصحة تتابع وتراقب أسعار الخدمات العلاجية المقدمة في المستشفيات الصحية بالقطاع الخاص، وقد ظهر ذلك من خلال نظام المؤسسات الصحية الخاصة بالمرسوم الملكي الكريم رقم م/٤ وتاريخ ١٤٢٣/١١/٣هـ حيث تنص المادة (٧) من النظام «على أن تقوم لجنة مكونة من مندوبين من عدة جهات ذات علاقة بتحديد متوسط سعر تراوح حوله أسعار الخدمات التي تقدمها المؤسسات الصحية الخاصة، ويتحدد مدى هذا التراوح بناء على معايير معروفة، حيث تراجع هذه الأسعار كل ٣ سنوات».

إن القطاع الصحي الحكومي والخاص يسند بعضهما البعض، ويسيران في اتجاه واحد ألا وهو خدمة المواطن، كما أن كفاءة الطبيب السعودي الممارس وكما يشهد بها المجتمع رفعت مؤشر الأداء المهني والتقني في القطاع الخاص في هذه البلاد المباركة، بالإضافة إلى ما أظهره القطاع الخاص أيضاً من إمكانات عالية تمثلت في إنشاء المجمعات والمراكز الطبية المتخصصة التي تقدم خدمات راقية تضاهي القطاع الحكومي، وهذا مانراه واضحاً من طريقة العمل الصحي وأرض الواقع ليصبح بحق القطاع الصحي الخاص رافداً وشرياناً للقطاع الحكومي والطبيب السعودي هو الركيزة الأساسية لهذا التميز والتطور الذي تحقق، لذا يجب أن لا يغفل دوره وأن يدعم بشكل أكبر، ويتضافر وتعاون كافة القطاعات العلمية والمراكز البحثية والصحية والمستثمرين في القطاع الصحي وبدعم الجهات الحكومية ذات الشأن سيرتقي القطاع الصحي بما يحقق غايات وأهداف الوطن والمواطن.



مع انخفاض درجات الحرارة، وازدياد حدة الرياح الجافة، خاصة مع فصلي الشتاء والربيع، فإن الجلد البشري يحتاج إلى عناية مكثفة، وحماية إضافية لمواجهة التقلبات الجوية، حتى لا يتأثر الوجه واليدين والشفتان، ويظهر عليها الجفاف والتقشر، والتشققات.

العناية بالبشرة في الطقس المتقلب

الواقيات الشمسية ضرورة دني





د. صالح الرشيد \*

## يجب استخدام الكريمات النهارية التي تحتوي على أكسيد الزنك

## أحماض الفواكه تحمي الشفاه من التشقق

عند تغير درجات الحرارة، يجب أن يتبع ذلك تغيير في روتين العناية بالبشرة ومن ذلك:

- الاستحمام بماء دافئ يومياً مع الابتعاد عن المنظفات الكيميائية والاعتماد على الصابون المرطب، وكذلك استخدام كريمات مرطبة على الجلد كله بعد الاستحمام مباشرة.

- الحرص على اختيار المرطبات الجيدة، مثلاً الكريمات النهارية يفضل التي تحتوي على أكسيد الزنك، بالإضافة إلى واقي شمسي (SPF30) لبناء حاجز حماية على البشرة ضد التقلبات الجوية.

- حماية الشفتين من التشقق يستلزم استخدام نوعية جيدة من المرطبات تشتمل على قوة الترطيب، الحماية واحتوائها على مركب فيتامين (E) لتأمين المرونة الكاملة، أما إذا كانت الشفاه تتقشر فيجب إضافة أحماض الفواكه (AHA)، بالإضافة للمرطبات الثقيلة، خاصة في فترات الليل.

- أما جفاف وتشققات اليدين والأصابع الذي يتزايد في فصل الشتاء عند السيدات كثيراً، لاحتكاكهم اليومي بالمنظفات الكيميائية المنزلية، فيجب تجفيف اليدين بالقوط الناعمة وبطريقة ناعمة على البشرة مع استعمال كريمات - دهون - مرطبة في كل مرة يتم فيها غسل اليدين أو الوضوء، والابتعاد عن استعمال اللوشن لسرعة امتصاصه وعدم فعاليته، أما إذا كانت الإصابة بتشققات مؤلمة أو ما يسمى (بأكزيما الشتاء - أو الصدفية) فمن الأفضل مراجعة الطبيب. - العناية بالأظافر، والحرص على حمايتها من التكسر، فالقاعدة معروفة (الاقبال من التعرض للماء) في فصل الشتاء، ويفضل ارتداء قمازمات للحماية أثناء العمل بالمنزل مع وضع مواد مقوية (طلاء) للأظافر لمنعها من التكسر.

- أما قشرة الشعر، فالأفضل استخدام الشامبوهات التقليدية للنظافة بشكل يومي، والابتعاد عن الطبية لأنها تؤدي إلى زيادة جفاف الشعر، مما يفقده لمعانه وبريقه وحيويته.

- الحرص على أخذ الكفاية من النوم ليلاً، حتى يعطي خلايا الجسم، وبالذات البشرة القدرة على التجديد بسرعة - ضرورة استخدام الواقيات الشمسية، فوجود الفيوم لا يمنع استخدامها، لأن المطلوب حماية البشرة من الأشعة فوق البنفسجية، مع الحرص على استخدام مرطبات موضعية،

إضافة للحفاظ على البشرة من جفاف الجو الشتوي.

- ضرورة استخدام أجهزة ترطيب الجو داخل المنزل، خاصة أثناء ساعات الليل لحماية البشرة والجهاز التنفسي.

- يجب الحرص على التغذية السليمة، خاصة مجموعة الفيتامينات الأساسية (A-E-C) المتوفرة بشكل كاف في الحمضيات والفواكه والخضار.

- الابتعاد عن لبس الملابس الصوفية الخشنة مباشرة على الجسم، لما تسببه من تهيج للبشرة، خاصة الأطفال.

\* استشاري طب الأمراض الجلدية - مستشفى الملك خالد الجامعي

## في الجو الخائف

9/9

الشري (Urticaria) عرض مرضي ناتج عن مجموعة من الأمراض التي تختلف في مسبباتها، وتتميز بظهور طفح جلدي أحمر أو وردي اللون مع انتفاخ قصير الأمد تصاحبه حكة شديدة في بعض الأحيان، قد تترك خلفها - علامة تحتفي غالباً خلال يوم أو يومين، وينتقل الطفح غالباً من مكان إلى آخر. وقد يظهر في أي جزء من أجزاء الجسم.



## الشري طفح جلدي تصاحبه حكة شديدة

أما الوذمة الوعائية (Angioedema) فنوع من الشري يصيب الأنسجة الأعمق، ويسبب تورماً وعادة ما يصيب جفن العين أو الشفاه أو الوجه أو الفم أو قد يصيب الأيدي أو الأرجل أو المفاصل، ومن الضروري إخطار الطبيب إذا ما صاحب الوذمة الوعائية ضيق في التنفس أو أي أعراض أخرى، كما يمكن أن يصاب المريض بالشري (Urticaria) أو الوذمة الوعائية (Angioedema) أو الاثنين معاً في آن واحد.

### انتشار المرض ونسبة حدوثه:

الشري (Urticaria) والوذمة الوعائية (Angioedema) مرض شائع وغير معد، وبالرغم من أن نسبة انتشار المرض غير معروفة تماماً حتى الآن، إلا أن بعض الدراسات قد أوضحت أنه يصيب ما بين ١٥ إلى ٢٣٪ من الشعب البريطاني، كما أثبتت دراسة أحرقت في الولايات المتحدة الأمريكية، أن ٧٪ من المرضى المراجعين لعيادات الجلدية بسبب الحكة المزمنة. كان الشري هو المسبب لها، أما فيما يخص نسبة انتشار أنواعه فقد قام (Champion) (Cambridge) ١٩٨٨ بدراسة ٢٣١٠ حالة شري، ولاحظ أن نسبة الشري من النوع المزمن غير معروف السبب (Chronic idiopathic urticaria) هي حوالي ٧٥٪ ووجد أن ٩٪ يعانون من كتوبية الجلد (-Dermatogram) (Chermatogic Urticaria) و٢٪ منهم من الشري الحاد غير معروف السبب، و٢٪ من شري التهاب الأوعية الدموية، و١٪ من الوذمة الوعائية الوراثية، ويصيب الشري المريض في أي عمر ويكون قليلاً عند النساء.



د. عمر بن عبدالعزيز آل الشيخ

الوذمة تصيب  
الأنسجة الأعمق  
وتحدث تورماً



### ثالثاً:

الشري الكولينيرجي (-Cholinergic Urticaria) ويظهر هذا الطفح غالباً عند التعرض للحالات التي تسبب زيادة في التعرق، مثل الرياضة أو الضغوط النفسية أو الحرارة الشديدة أو الأكل الذي به توازن حارة.



ثانياً: الشري الفيزيائي (-Physical Urticaria)، شري مزمن، ويظهر الطفح في هذه الحالة بعد دقائق من التعرض لعامل فيزيائي خارجي مثل أشعة الشمس ويسمى في هذه الحالة (Solar Urticaria) أو البرد (-Cold Urticaria) أو الماء (Aquagenic Urticaria) أو الضغط على الجلد لفترة طويلة مثل الملابس الضيقة (-De-layed Pressure Urticaria) أو عند التعرض لاهتزاز شديد (Vibratory Urticaria) أو عند احتكاك الجلد ويسمى بكتوبية الجلد (-Der-mographism) وفي حالة كتوبية الجلد تظهر علامات الأظافر في الجلد بعد حكة وتزيد من حدة الحكة.

رابعاً: الشري التلامسي (-Contact Urticaria) ويظهر عند ملامسة الجلد لأنواع مختلفة من المواد، مثل الأعشاب أو الحيوانات أو بعض الأطعمة أو بعض المواد الكيميائية.

خامساً: شري التهاب الأوعية الدموية (-Urticarial Vasculitis) وفي هذه الحالة قد يشعر المريض بحالة أعياء شديد، ويستمر الطفح لأكثر من ٤٨ ساعة، وقد يكون الطفح مؤلماً ويترك خلفه تصبغات ما بعد الالتهاب، وعند فحص نسبة ترسب الدم (ESR) تكون في الغالب مرتفعة، وفي هذا النوع من الشري قد يصعب معرفة السبب.

سادساً: الوذمة الوعائية الوراثية (-Hereditary Angioedema) نوع نادر وينتج عن نقص وراثي لبروتين معين في الدم، ويظهر على شكل انتفاخ يصيب الوجه أو الفم أو قد يصيب المجاري

نسبة الشفاء تصل إلى ٧٠٪  
إذا عرفت سبب المرض

**مسببات الشري والوذمة الوعائية:**  
لوحظ أن بعض المرضى الذين لديهم استعداد عائلي للإصابة بحمى القش (Hay fever) أو الربو (Asthma) أو حساسية الجلد (Atopic Eczema) يكونون معرضين أكثر من غيرهم للإصابة بالشري وتختلف أنواع الشري بحسب المريض ووردة فعل جهازه المناعي لعوامل مختلفة، إلا أنه يعتبر ناتجاً عن إفراز مادة الهيستامين (Histamine) من خلايا الجلد المعروفة بـ (Mast Cells) أو إفراز الهيستامين والبراديكاينين من خلايا الدم المعروفة بـ (Basophils) غالباً عبر وسائط التهابية مثل (IgG) وعبر مستقبلات مناعية (IgE receptors) مما يؤدي إلى أعراض الشري، ويمكن أن يفرز الهيستامين من خلايا الجلد عند هؤلاء المرضى نتيجة لعدة عوامل منها احتكاك الجلد، ومنها أيضاً العوامل المسببة للتعرق، أو بعض أنواع الأطعمة أو بعض الأدوية أو بعض أنواع الأمراض المعدية، وفي حوالي ٥٠٪ من المرضى قد يصعب معرفة السبب الرئيسي له.

**أعراض وأنواع الشري والوذمة الوعائية:**  
للشري أنواع عدة منها ما يعرف بـ:  
أولاً: الشري المألوف (Ordinary Urticaria) وهو الأكثر شيوعاً، ويظهر فيه الطفح في أي جزء من أجزاء الجسم ويكون إما حاداً أو مزمنًا، وفي الحالة الحادة قد يكون السبب إلتهايات وعدوى الجهاز التنفسي، واستخدام بعض الأدوية مثل المضادات الحيوية خصوصاً من فصيلة البنسلين، أو خافضات درجة الحرارة مثل الأسبرين أو الكودين (عادة لا يسبب البنادول الشري) وبعض أدوية الضغط (ACE Inhibitors) وبعض أدوية منع الحمل وبعض أنواع الأطعمة والمكسرات أو البهارات، كما أثبتت بعض الدراسات أن بعض أنواع المواد الحافظة والصبغات المستخدمة في الصناعات الغذائية مثل (E110, E211, E102)، لها تأثير مباشر في زيادة حدة الحالة أو سبباً مباشراً لها، وقد تم منع استخدام هذه المواد في كثير من الدول المتقدمة.

وأما فيما يخص النوع المزمن فهو الشري الحاد إذا تجاوزت فترة الإصابة به ستة أسابيع، ويكون في حوالي ٤٠٪ من الحالات ناتجاً عن ما يسمى بالمناعة الذاتية (Autoimmune) وفي الغالب توجد مضادات لخلايا الغدة الدرقية (-Antimicrosomal and anti thy-roglobulin antibodies)، أو ناتجاً عن التهاب المعدة المزمن من بكتيريا تسمى (-Heli-cobacter pylori) وتتكون عند هؤلاء المرضى أجسام مضادة من النوع أ (IgA) ضد هذه البكتيريا، كثير من هذه الحالات لا يمكن معرفة السبب فيسمى في هذه الحالة الشري المزمن غير معروف السبب (Chronic Idiopathic Urticaria).



## تختلف أنواع الشرى بحسب المريض وردة فعل جهازه المناعي

التنفسية مما يؤدي إلى ضيق التنفس، أو اختناق في الحالات الشديدة، كما يمكن أن يصيب الأمعاء، ويشعر المريض في هذه الحالة بمغص أو عدم ارتياح في البطن، وعلاج هذه الحالة الوراثية يكون تحت إشراف طبيب مختص.

### تشخيص المرض:

لا بد من أخذ التاريخ المرضي من قبل طبيب مختص، ويكون في الغالب التاريخ المرضي مفصلاً، وقد يسأل الطبيب مريضه إذا ما كان يحمل معه صورة فوتوغرافية له عند ظهور التحسس، أو قد يطلب من المريض أن يقوم بحساب المدة التي يبدأ فيها التحسس إلى أن ينتهي. قد يتم الكشف على المريض إكلينيكيًا، وفي حالة الشرى الفيزيائي، يمكن التأكد من كتوبية الجلد وذلك بالكتابة على الجلد، وفي حالة الشك في الشرى الكولينيدي يمكن أن يطلب من المريض أن يقوم ببعض التمارين الرياضية، وفي حالة الشك فيما يعرف بـ شرى البرد (Cold Urticaria) يمكن وضع كيس بلاستيكي (داخله مكعبات من الثلج) على يد المريض وفي حالة الشك فيما يعرف بـ (Delayed pressure urticaria) يمكن الضغط على الجلد لفترة بواسطة أجهزة مخصصة لذلك (-Derma tographometer)، ويجب أن يتأكد الطبيب أن المريض قد أوقف استعمال مضادات الهيستامين على الأقل لفترة لا تقل عن خمسة أيام قبل إجراء هذه الاختبارات. التحاليل المخبرية قد تكون مفيدة وذلك على حساب التاريخ المرضي المأخوذ من قبل الطبيب المختص.

وتوجد فحوصات متخصصة يمكن إجراؤها، ففي حالات الشك في عدوى يمكن البحث عن أي عدوى جهازية (مثل التهابات الكبد)، وفي حالة الشك في بعض الأمراض المناعية مثل أمراض الأوعية يمكن إجراء (Anti-microsomal antibody) أو في حالة أمراض الغدة الدرقية (-Anti-thyroglobulin antibodies) (ies and RAST) كما يمكن إجراء اختبارات التحسس (Test) في حالة الشك في تعاطي بعض الأدوية مثل البنسلين أو بعض أنواع الأطعمة، ولا ينصح بإجراء اختبار التحسس المعروف بـ (Prick test)، وذلك لصعوبة إيجاد رابط بين النتائج الإيجابية والشرى.

وفي حالة الشك في الوذمة الوعائية للوراثة (Herededitary Angioedema) يمكن إجراء تحليل للوسائط المناعية (Immune complexes C4).

### علاج الشرى والوذمة الوعائية

في حالات الشرى الحاد فإن حالات الشفاء تصل إلى 80% خاصة إذا عرفت أسبابه أما في لحالات المزمنة والتي لا يعرف سببها تستمر نوبات الشرى في حوالي 50% من المرضى من ستة أشهر إلى عام كامل. ثم تبدأ بالاختفاء تدريجياً وقد تستمر إلى سنوات، ويعتمد العلاج على عدة عوامل منها، نوع المرض وقابلية المريض للتعاون، ووجود عوامل خارجية مؤثرة؟ والخطوة الأولى محاولة معرفة السبب واجتنبه، كما أنه من الضروري العناية بالبشرة، وذلك باستخدام بدائل الصابون ومرطبات البشرة الطبية لتقادي جفاف البشرة، والابتعاد عن كل ما يزيد من الحالة، مثل الأدوية (إلا عند الضرورة) والعوامل الفيزيائية والأطعمة المحتوية على مواد حافظة أو صبغات، والمواد الكحولية.

أما العلاجات الدوائية المستخدمة لحالة الشرى فيجب أن يعرف المريض أنها علاجات مساعدة، تتكون في الغالب من مضادات الهيستامين، وتفيد في الحد من الشعور بالحكة وظهور الطفح فقط. وتوجد حالياً أنواع جديدة من مضادات الهيستامين لا تسبب نعاساً، وقد يستخدم الطبيب نوعين مختلفين أو أكثر منها في آن واحد، (لكن لا تؤخذ مع نوع معين من المصادات الحيوية مثل الـ (-mac rolides)، فوجود أعراض جانبية خطيرة يكون نادراً وغالباً ما تكون الأعراض الجانبية خفيفة مثل زيادة في الوزن أو جفاف بالفم والبشرة أو صداع، ويستحسن في هذه الحالة إخطار طبيبك بها أو عند الشعور بأي أعراض جانبية أخرى، وتوجد أنواع معينة يمكن استخدامها أثناء الحمل، ولا بد من الإشارة إلى مضادات الهيستامين من النوع الذي يسبب النعاس مثل الـ (-cyproheptadine chlorpheniramine).

وقد يستخدم الكورتيزون للسيطرة على الحالة، ولكن يؤخذ لفترات قصيرة.

كما يستخدم البعض مضادات الهيكوترين في الحالات المزمنة، خصوصاً تلك التي تكون ناتجة عن ما يسمى بالمناعة الذاتية (-Au toimmunity)، فقد أثبتت بعض الدراسات فائدة كبيرة لها في التقليل من ظهور الحالة.

أما فيما يخص علاج النوع الوراثي (Hereditary Angioedema) يمكن تعديل النقص في بروتين الدم (الانزيم) بحقنه، أو بحقن (-Immu noglobulin IVIG) أو باستخدام (Danazol).

أما في حالات الاختناق التي يسببها هذا النوع والنوع الحاد من الشرى المألوف الناتج عن الأطعمة (Acute Urticaria) فتوجد حقن (-Adren aline) التي (يمكن أن يستخدمها المريض نفسه - مثل حقن الأنسولين عند المصابين بالسكر) ويجب أخذ المريض مباشرة إلى قسم الطوارئ. ويصح هؤلاء المرضى بوضع قلادة تشير إلى نوع الحالة التي يعانون منها.

\* استشاري أمراض وحساسية الجلد





عبد الرحمن بن محمد المنصور \*

## لغة الجمال..

عندما تذوب الدموع تحترق الأهات لتعلن رحيل الكلمات من موقعها وتحط رحالها في مكان آخر! حزين غربية منغمسة في الهموم ولكن ليست هي النهاية بل البداية لكل ما هو رائع بروعة الحقول الغنية بالورد والياسمين، لذا فالجمال هو لغة التعامل التي تجمعنا مع الغير وتلفنا مع كل من نود وترسم لنا الضوء الناصع بالبياض والمسيوغ بالتقاول.

عندما تسأل الشعراء البارعين في كتابة الغزل والوصف ماذا يشدكم لتسلطوا الورق والقوا في أبدعها بالطبع كل سيتحدث عن الجمال لكن يبقى المقياس الحقيقي لهذا الجمال هو رؤية هذا أو ذاك عن نوع الجمال وكيف ينظر له باعتبار خلفيته الثقافية و أهدافه من ذلك وهذا هو التباين الذي يُلحظ بين الشعراء أو الكتاب عندما يعرضون لهذا الموضوع وكل يأخذ ما يود ليكتب عنه فهذا يركز على الشعر وآخر على القوام وغيره على العيون وتتعدد الذوائق حول ذلك.

وأرى أن أجمل علاقة يمكن أن يتغزل بها لتلون وتعطر حياتنا وهي الأجل في هذا الوجود عندما تتناول الوالدين وتكون في قمتها وأعني بذلك براً ووصلاً وألفة يلفها حنان ومحبة متبادلة تجسد معنى تلك العلاقة الحقيقية، وقس على ذلك علاقتك بشريكة العمر وشريكة الأحلام والأهات الزوجية والأولاد، كذلك الدين هم لينة تلك العلاقة ونورها الذي يضيء أرجاء البيت ويزيده روعة، كل تلك الصور الجميلة يجب أن تكون أحد أهم مقاييس الجمال لدينا وأن لا تكون الصور المرئية عبر الشاشات العصفائية هي المسيطرة والمتحكمة بنا، ما دعاني لطرح هذه النقاط، تقصير في تناول مثل تلك الموضوعات الثرية من قبل الشعراء أو الكتاب ولا بد أن نعترف أننا مقصرون.. مقصرون، وبحاجة ماسة لتفعيل عوامل الحب الصافي الدافئ.. بحاجة لفهم معنى هذه العلاقة التي أضحت تُعاني من فجوة بسببنا، لذا هأنذا أشفق كثيراً على من يفرقون بالغزل ويجعلونه مسيراً لقصائدهم وحروفهم ولا يخرجون عن هذا الإطار وهذا الحط.. مجلة الجلدية تُعنى بكل ما له علاقة بالثقافة والمعلومة العلمية الطبية الصحية وعندما نطرق مثل هذا الباب فهو أيضاً أحد مقومات الجمال في حياتنا اليومية ونحتاج لأن يُجملنا بمعاييره الحقيقية.

## ورقة:

الجمال شمعة تضيء حياتنا ووردة تعطر الأمكنة وثوحة تسر النواظر.. ولكن الأجل من ذلك أن نبحت عن الحقيقي منه...!

## وقفة

للشاعر احمد شوقي :

صلاح أمرك للأخلاق مرجعه  
فقوم النفس بالأخلاق تستقم  
والنفس من خيرها في خير عافية  
والنفس من شرها في مرتع وخم

\* ريس التحرير

mansour2030@yahoo.com

حدث الندبات عندما يقوم الجلد بترميم الجروح الناجمة عن الحوادث او الامراض او الجراحة ان الندبات هي الجزء الطبيعي من عملية الالتئام وكلما كان الجلد متأذيا اكثر اخذ وقتا اطول في الشفاء وكانت الفرصة اكبر لحدوث ندبة واضحة اكثر.

## لعلال الندبات

بشكل نموذجي تبدو الندبات في البدء بلون احمر وتكون سمكة ثم تتراجع تدريجيا فان كثيرا من الندبات التي لا تزال في طور الشفاء تكون غير حسنة المظهر في الشهور الاولى ثم يتحسن شكلها اذا ما اعطيت الوقت الكافي ويتأثر تشكّل الندبة بعمر الشخص فجلد الشباب يكون ترميمه اقوى ويؤدي الى ندبات اكبر واسمك مما نراه في كبار السن والجلد فوق عظم الفك يكون مشدودا اكثر من الجلد فوق الخدين لذلك تكون ندباته اوضح للعيان كما ان الندبات التي تتقاطع مع خطوط التعبير في الوجه متلا تكون واضحة اكثر لانها لا تتبع النموذج الطبيعي للتجاعيد ولا تبدو كخطوط عادية. في كل الاحوال مهما كانت الندبات فان طبيب الجراحة الجلدية والتجميلية من الممكن ان يساعد على تحسينها.



د. عبدالعزيز بن ناصر السدحان \*





## عمليات تحسين الندبات

يوجد العديد من التقنيات التي يمكن ان تحسن الندبات معظمها يجري بشكل روتيني بعيادة الامراض الجلدية اما الندبات الشديدة كالحروق وعلى مساحة واسعة من الجسم فتحتاج الى تخدير او تنويم في المستشفى لاصلاح الندبات الجراحية يمكن ان تحسن شكل الندبة بتغيير حجمها او لونها او عمقها على كل لايوجد ندبة يمكن ازالها نهائيا، ولا توجد تقنية سحرية يمكن ان ترجع الندبة الى شكل الجلد الطبيعي فالاصلاح الجراحي للندبات يؤدي الى علامات اقل وضوحا وبما ان كل ندبة تختلف عن الاخرى لذلك فطرق اصلاحها تختلف من حالة لاخرى اهم نقطة في علاج الندبات هو المناقشة الجيدة بين المريض والطبيب لمعرفة ماذا يزعج المريض في ندبته وتختار المعالجة الافضل.

## طرق علاج الندبات

الاصلاح الجراحي: اعتماداً على خاصية الجلد في التمدد يمكن اصلاح الندبات جراحياً باستئصالها ثم خياطة حواف الجلد السليم مع بعضها بطريقة اقل وضوحاً الاستئصال الجراحي للندبات افضل ما يجري للندبات الطويلة والعريضة وتلك التي في الاماكن الظاهرة او الندبات التي شيفت بطريقة خاصة والندبات العريضة والطويلة تقصر كما يمكن استخدام الجرح غير المنتظم بشكل حرف Z لاعطاء ندبة غير مستقيمة اقل وضوحا احيانا يمكن تغيير اتجاه الندبة بحيث تصبح ضمن التجاعيد الطبيعية وبالتالي تصبح اقل وضوحا افضل النتائج نحصل عليها بعد استئصال الندبات ثم خياطة الجرح دون توتر او شد للجلد.

الصفرة: تستخدم الصفرة لندبات حب الشباب وبعض الندبات الجراحية او لتصحيح عدم الانتظام الخفيف في سطح الجلد حيث تزال الطبقات العليا من الجلد بألة كهربائية لنحصل على سطح اكثر انتظاما هذه التقنية تحسن بعض الندبات لكنها لا تتخلص من كل الندبات يمكن للمريض ان يعود الى العمل بعد اسبوع وقد يحتاج الى عدة جلسات من الصفرة.

## الصفرة بالليزر:

طريقة اخرى لتحسين الندبات حب الشباب وندبات العنقر حيث يستخدم ضوء عالي الطاقة لازالة الجلد المتآذي وللحصول على جلد اكثر تناسقا يعود المريض الى عمله

بعد اسبوع لكن قد يبقى لون الجلد زهريا لعدة اسابيع او شهر.

يوجد عدة انواع من الليزر ويعتمد استخدامها على طبيعة الجلد الذي نقوم بعلاجه مثلا يستخدم ليزر الاوعية الدموية لازالة الندبات الحمراء وخصوصا تسطح الندبات المرتفعة خاصة ويحسن الليزر ايضا الحكة والاحساس بالحرق في الندبة وغالبا ما يحتاج الندبات الضخامية جلستين او اكثر كل شهرين اما ندبات حب الشباب والندبات الضمورية الاخرى فيمكن تحسينها سوع اخر من الليزر كالايريوم او اليزر CO<sub>2</sub>. وسعى المختصون الى البحث عن علاجات ناجعة لحل مثل هذه المشكلات الصحية حيث انتج حديثا جهاز الصفرة غير الجراحية عن طريق الليزر بالأشعة الجزيئية البؤرية المتطورة. حيث اسهمت هذه التقنية في اظهار نتائج جيدة ومفيدة لعلاج الندبات.

حقن الكولاجين واشباهه وحقن الدهون: يستخدم حقن الكولاجين لرفع الندبات الرخوة تختلف كمية الكولاجين المحقون حسب حجم وقساوة الندبة ويكون التحسن اني لكنه ليس دائما اذا لايد من اعادة حقن الكولاجين كل 6 شهور لكن يوجد انواع كولاجين تستمر اكثر يمكن ايضا حقن الدهون في الندبات العميقة لكنها تحتاج الى ايضا للاعادة كل 6 شهور.

طعوم البنش والاستئصال البنش: يمكن استبدال الندبات الضامرة الصغيرة باستئصال باداة تدعي البنش ووضع طعوم من الجلد سليم تؤخذ من خلف الاذن غالبا وتثبت في مكانها وتضمد وتترك من 5-7 أيام حتى تشفى يمكن ايضا استئصال هذه الندبات بالنس ثم خياكتها وتفك الغرز



## الصفرة بالليزر تحسن الندبات وتساعد على تناسق البشرة



يستخدم  
الكولاجين وحقن  
الدهون لعلاج  
الندبات

التقشير  
الكيميائي يزيل  
الطبقة العليا من  
الجلد

بعد ٧ ايام ان هاتين الطريقتين تعطيان جلداً أكثر نعومة وندبات اقل وضوحا من ذي قبل وان هذا الاجراء افضل مما يجرى على الندبات النشوية العميقة.

التقشير الكيميائي: هذا الاجراء يزيل الطبقة العليا من الجلد لتنعيم الندبات الغائرة واعطاء الجلد لونا متناسقا وان فائدته تقتصر على الندبات السطحية الضحلة العمق حيث يدهن الحامض على الجلد بحامل قطن مبتدئين بالجبهة ثم الخدين ثم الذقن وتختلف فترة الشفاء حسب نوع التقشير وتتراوح ما بين عدة ايام حتى اسبوعين. طرق اخرى لمعالجة الندبات: ان الضمادات الضاغطة والمساج يمكن ان يفيدان في بعض الندبات اذا ما استعملت بشكل منتظم ولعدة اشهر..

- الكريعات والجل التي تحتوي السيليكون تنقص سماكة والم الندبة لكن يجب ان تستعمل بانتظام.  
- الجراحة بالنتروجين السائل تتضمن تجميد الجزء العلوي من الجلد الذي يؤدي لتشكيل فقاعات هذه الطريقة احيانا قد تؤدي الى نقص حجم الندبة وهي تستخدم لندبات حب الشباب البارزة.  
- حقن الكورتيزون: تعمل على تليين الندبات القاسية مؤدية الى صغر حجمها وتسطيحها وهي المعالجة المفضلة في الندبات الضخامية او الجدارت.  
الجل المشبع بالسيليكون: يمكن استخدامه في البيت لتحسين الندبات البارزة.

\* استشاري طب الأمراض الجلدية وجراحة الجلد والعلاج بالليزر



## نسبة الجمال

# لون البشرة مثال



د. عبدالله الزامل

إن صحت القصة «فقد كان شاباً وسيماً مشرباً بحمرة فاتقه وكان اسمه نصر بن سيار وكان يعيش في «المدينة المنورة» بين أقرانه من الشباب السمر ذوي البشرات المكتسبات من بيئتها لونا وكدا وسمرة.

وكان عمر بن الخطاب رضي الله عنه لما حاضراً فطناً ذكياً، لما سمع أو تهاهى لسمعه أن إحداها ترد

**«هل من سبيل إلى خمر فأشربها»**

**أم هل من سبيل إلى نصر بن سيار»**

بعد تأمل ومحاولات عديدة تم نفيه إلى الشام للعيش هناك. ولماذا الشام؟

بكل تأكيد كي يضع البياض في البياضات والحمرة في حمر آخر والبشرة في سواها مثيلاً وشبيهاً.

الجمال نسبي هذا صحيح وقد يصل لدرجة الإجماع، فما يكون جميلاً لديك قد لا يكون جميلاً لدى سواك والعكس صحيح جمال البدن وجمال العين والأنف والفم والشفة والبشرة وسواها، أمور نسبية تختلف من شخص إلى آخر في تقديم هذا وتأخير ذاك.

وقد يكون لدى استشاريي الجلدية من النابهين في هذا المجال رأي أو رؤى أخرى تثير أبعاداً أخرى من الناحية الطبية البحتة، الأمر الذي يأخذنا بدوره إلى أثر التخصص أو الموهبة على تذوق الجمال كقيمة فهل هناك أثر على رؤية الطبيب يختلف عن الأثر على رؤية الشاعر أو الفنان والرسام وهل هناك علاقة نستطيع أن نقول (أنها ذات دلالة إحصائية) على أثر النشاط الإنساني في تحديد رؤية وتذوقه للأشياء.

بل قد يأخذنا الأمر ذاته إلى اختلاف الأذواق لدى أصحاب المهنة الواحد أو الموهبة الواحد عبر بوابة الشعر حيث نلاحظ شاعراً يتغنى بفتة السمراء بينما يتغنى آخر بفتة البيضاء.

مايثير الجدل «حلا وحرمة» هي ثورة الطب الجلدية في تغيير اللون «أصله أو عن أصله» عن طريق نقل الخلايا الصبغية وماجد من تقنية في هذا المجال.

المهم في رأيي متى نجد الطبيب المسلم المعاصر كسلفه في تراثا طبياً وحكيمياً وفيلسوفياً وقائداً اجتماعياً بل وفقهياً.

أمل في أن أجد طبيب الغد موسوعة معلومات ورحمات تمشي على الأرض.





الضيوف في حديث عن  
الطب والبحث العلمي

## بحضور عدد من أصحاب المعالي و الأطباء الرواد تدشين مركز الجلد والحساسية الطبي في شمال الرياض



د. فالح الفالح د. عمر آل الشيخ د. حسين الفريحي



لقطة جماعية تذكارية للضيوف

د. عمر آل الشيخ وابنه محمد ود. ساعد الحارثي



أقيم مؤخراً حفل تدشين مركز الجلد والحساسية الطبي بحي المحمدية الغربية الواقع شمال الرياض بإشراف الدكتور عمر بن عبد العزيز آل الشيخ استشاري أمراض الجلد والحساسية والأستاذ المشارك بمستشفى الملك خالد الجامعي وكلية الطب جامعة الملك سعود ورئيس الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد، وقد حضر الافتتاح نخبة من معالي الوزراء وعدد من كبار الأطباء الرواد في مختلف التخصصات الطبية واطلع الحضور على محتويات المركز وما يشمله من أجهزة طبية ومعدات حديثة في مجال علاج وجراحة أمراض الجلد والليزر والحساسية.

وكانت هذه المناسبة فرصة للتواصل وللحديث حول هموم الطبيب السعودي والقطاع الصحي الخاص ودور القطاع الخاص الريادي في رفع كفاءة ومستوى القطاع الصحي الذي يعتبر مكملاً ورافداً للقطاع الحكومي، وتناول الحوار أهمية ودور البحث العلمي في ارتقاء الأمم وتقدمها، وقدم الجميع التهاني للمشرف على المركز الدكتور عمر بن عبد العزيز آل الشيخ وأثوا على ما تضيفه مثل هذه المراكز المتقدمة للقطاع الصحي بشكل عام وما تقدمه من خدمة كبيرة للفرد والمجتمع في بلادنا الغالية.

الجدير بالذكر أن مركز الجلد والحساسية الطبي بحي المحمدية الغربية الواقع شمال الرياض غرب طريق التخصصي.



جديد  
NEW

جهاز تبخير الفنتولين لمرضى الربو

# AEROFAMILY

COMPRESSOR NEBULIZER SYSTEM FOR FREQUENT USE.

medel®

...for your health

تأكد من الغطاء الأخضر

صناعة ايطالية  
٦٠ ساكل

متوفر في جميع الصيدليات



قف !!

هل؟؟

تعاني من

الربو؟؟

أليك الحل...



## أيروفاميلي

جهاز تبخير الفنتولين لمرضى الربو

Note : Search for green color cover



التوزيع الحصري في المملكة العربية السعودية ودول الخليج والشرق العربي :

شركة سوماتكو الطبية



## ندوة جراحة الجلد بالجبل تناقش الأمراض «المستحدثة» والتقنيات الطبية لمواجهتها

افتتح مدير عام الهيئة الملكية بالجبل المهندس جاسم بن عامر الحجري بمدينة الجبل الصناعية الندوة العلمية الحادية عشرة لأمراض وجراحة الجلد التي تنظمها الهيئة الملكية بالجبل ممثلة بإدارة الخدمات الصحية بالتعاون مع الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد وذلك بالمركز الثقافي بمشاركة أطباء من مختلف المستشفيات والمراكز الطبية من جميع المدن داخل المملكة.

ويبدأ الحفل بأيات من الذكر الحكيم ثم ألقى مدير الخدمات الصحية بالهيئة الملكية الأستاذ إبراهيم المقرري كلمة.

بعدها ألقى الدكتور عبد الله الرشيد رئيس قسم الأمراض الجلدية بمدينة الملك عبد العزيز الطبية بالحرس الوطني رئيس اللجنة المنظمة كلمة أشار فيها إلى أن هذا المؤتمر يقام للمرة الأولى في مدينة الجبل الصناعية والتي تشهد طفرة صناعية وعمرانية، وأضاف أننا حرصنا على أن تكون المحاضرات والمواضيع شاملة لمختلف التخصصات في الأمراض الجلدية وجراحة الجلد بالإضافة على



بعض الأمور الإدارية وكذلك تدريب الأطباء المقيمين.

ثم ألقى الدكتور عمر آل الشيخ رئيس الجمعية السعودية لأمراض الجلد الأستاذ المشارك بقسم الأمراض الجلدية بمستشفى الملك خالد الجامعي بالرياض كلمة. بعد ذلك تسلم المهندس الحجري درعا تذكارية من الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد ثم قام الحجري بتسليم درع لرئيس اللجنة المنظمة ودرع للجمعية كما كرم الأطباء المتحدثين وكذلك الشركات الراعية.

### لاحتوائهما على مادة الزئبق السامة

## سحب مستحضري (بوهلي وبالي) من الصيدليات ومحلات العطارة

والانتهاء. رقم التشغيل، مكان الصنع، واسم الشركة الصانعة، مشيراً إلى أنه يتم تركيبها لدى المشغل نفسه من مستحضرات التجميل المنتشرة في السوق المحلي ويتم بيعها بأسعار مبالغ فيها تحت ادعاء طبي لتبييض البشرة، كما احتوت غالبية العينات على إضافة كميات عالية من عنصر الزئبق السام.

ولفت إلى أن الزئبق معروف بأنه يمثل سم تراكمي يصل إلى خلايا المخ ويتركز في المخ والجهاز العصبي المركزي وقد يمنع وصول المواد الغذائية إلى الخلايا والتخلص من الفضلات، كما يمكن أن يتحد مع خلايا المناعة فيدمرها، مضيفاً أن وجود الزئبق بكميات كبيرة في الجسم يؤدي إلى العديد من المخاطر تتمثل في حدوث التهاب المفاصل والجلد، دوار، إرهاق، إكتئاب، تساقط، ضعف العضلات، زيادة إفراز اللعاب، وقد يؤدي إلى اضطراب في الأنزيمات ينتج عنه العصبى والشلل.

أوقفت وزارة الصحة مستحضري Pohli و Baly التي تستخدم لتبييض البشرة وأمرت بحصرهما وسحبهما من الصيدليات المحلية و محلات العطارة ومن الوكيل الموزع نظراً لارتفاع نسبة مادة الزئبق السامة في المنتجين حيث وصلت إلى ٢٨٧٩٦ جزء في المليون لمستحضر Pohli و ٣٠٠٠ ألف جزء في المليون لمستحضر Baly مؤكدة أن هذه المادة تشكل مخاطر كبيرة على صحة مستخدمي هذين المستحضرين مع العلم أن المستحضرين غير مسجلين لدى الجهات المختصة في وزارة الصحة.

وأوضح الدكتور رياض بن محمد العشبان مدير عام المختبر المركزي للأغذية والأدوية في وزارة الصحة أن المختبر قام بسحب عينات مختلفة لمنتجات لها ادعاء طبي لتبييض البشرة من السوق المحلي حيث يكثر بيعها في الصيدليات ومحلات العطارة ومحلات بيع المواد التجميلية بغرض التأكد من خلو تلك المنتجات من المواد الضارة، واكتشف المختبر وجود إضافة لمادة الزئبق في هذين المنتجين لأسباب تسويقية لما عرف عن مادة الزئبق من فعالية كبيرة في عملية تبييض البشرة، إلا أن أعراضه السامة تعتبر أخطر بكثير مما يؤدي إلى أضرار كبيرة على الكبد والكلى، حيث يمتصه الجسم بسرعة كبيرة عن طريق الجلد.

وبين العشبان أن عملية المسح التي قام بها المختبر المركزي شملت عينات من المنتجات التي تباع في بعض المشاغل النسائية، واتضح أن جميع العينات غير مطابقة للمواصفات والمقاييس السعودية لمستحضرات التجميل لعدم احتوائها على بيان تركيب المستحضر، تاريخ الصنع



عينة من مستحضر Pohli الذي أمرت الصحة بسحبها من السوق.





صدر العدد الجديد من  
المجلة العلمية التابعة  
للجمعية السعودية لأمراض  
وجراحة الجلد، وهي مجلة  
تصدر بشكل نصف سنوي  
وتعنى بالبحوث العلمية  
الخاصة بأمراض وجراحة  
الجلد. ويرأس تحرير هذه  
المجلة الدكتور علي عطا الله  
السرادي - رئيس قسم  
الأمراض الجلدية بمستشفى  
الحرس الوطني بجدة، ومعه  
نخبة من الأطباء الاستشاريين  
المعروفين أمثال البروفيسور

مروان محمد الخواجة، والدكتور عمر بن عبدالعزيز  
آل الشيخ، والدكتور رزاق أحمد، والدكتور سمير خصر  
زمو، والدكتور خالد أحمد باحمدان، والدكتور عمرو  
العمرو، والدكتور سلطان الخنيزان، والدكتور محمد  
إبراهيم قطاني.  
وقد قامت الجمعية بإنشاء موقع لهذه المجلة على شبكة  
الإنترنت بعنوان [www.jssdds.org](http://www.jssdds.org) لتسهيل الاطلاع  
عليها والمشاركة فيها. ومن الجدير بالذكر أن هذه المجلة  
تصدر باللغة الانجليزية وموجهة أساساً إلى أطباء أمراض  
وجراحة الجلد.



## دورة عن (أمراض الجلد الشائعة) بكلية الطب

ينظم مركز التعليم الطبي بكلية الطب دورة  
عن (أمراض الجلد الشائعة) التي تعقد  
بمشيئة الله في الفترة من (٩-١٠ ربيع أول  
١٤٢٨هـ) الموافق (٢٨-٢٩ مارس ٢٠٠٧م).  
وتهدف هذه الدورة إلى القاء الضوء على  
تشخيص وعلاج الأمراض الجلدية الشائعة  
مثل الصدفية وحب الشباب والبهاق والاكزيمة  
والثآليل وتساقط الشعر وأمراض الأظفار إلى  
غير ذلك من الأمراض الجلدية المنتشرة، كما  
سيتم التركيز على الإجراءات التشخيصية  
والعلاجية التي تستخدم بكثرة في هذا  
المجال وتهم هذه الندوة جميع العاملين في  
المجال الصحي وعلى وجه الخصوص الأطباء  
العموميين وأطباء الباطنة والأطفال وكذلك  
أطباء الامتياز.  
وهذه الدورة معتمدة من الهيئة السعودية  
للتخصصات الصحية بواقع ١٠ ساعات تعليم  
طبي مستمر.  
كما أوضح رئيس الندوة الدكتور خالد بن

محمد  
الفاهدي  
استشاري  
وأستاذ الأمراض الجلدية المساعد  
ومدير برنامج الدراسات العليا  
للأمراض الجلدية بكلية الطب  
بأن الدافع لإقامة مثل هذه الدورة  
هو أن ١٥٪ من الحالات التي تتم  
معاينتها من قبل الأطباء العموميين  
ذات علاقة بالأمراض الجلدية  
بينما لم يتلق معظمهم أي تدريب  
متخصص في هذا المجال.  
وللتسجيل يمكن الاتصال بمركز  
التعليم الطبي على الأرقام التالية:  
٤٦٧١٥٥١ تحويلة ٢٢٦ أو ٢٢٨.  
وللحصول على معلومات إضافية  
يمكن مراسلة رئيس الندوة  
الدكتور خالد الفاهدي على بريد  
الإلكتروني:  
[kmgderm@yahoo.com](mailto:kmgderm@yahoo.com)

## ضمن المعرض المصاحب للندوة العلمية المحلية الـ (١١) لأمراض وجراحة الجلد



## شركة أدمة الطبية تعرض أحدث جهاز ليزر لشد البشرة وإزالة التجاعيد

شاركت شركة أدمة في الندوة العلمية المحلية الحادية عشرة لأمراض وجراحة الجلد  
التي نظمتها الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد بالتعاون مع الهيئة الملكية للجبيل  
وينبع وعقدت في مدينة الجبيل مؤخراً بمشاركة نخبة من الاستشاريين والمتخصصين  
في أمراض وجراحة الجلد من مختلف المستشفيات والمراكز الطبية في المملكة وقد  
شاركت شركة أدمة للأجهزة الطبية بمعرض مصاحب ضمن المعرض المقام وبذلك  
تواصل شركة أدمة الطبية مشاركتها الفعالة والمستمرة في مختلف الملتقيات والمعارض  
العلمية داخل المملكة وخارجها، حيث عرضت أحدث جهاز ليزر وهو "الفراكتشال ليزر"  
من شركة بالومار وقد أجازت هذا الجهاز منظمة الدواء والغذاء الأمريكية ويستخدم  
لشد البشرة وإزالة التجاعيد وعلاج آثار حب الشباب والندبات والتصغيرات الجلدية من  
غير الحاجة إلى تقشير البشرة كما هو معهود بالطرق المستعملة حالياً.

كما عرضت جهاز "البولي ليزر" لإزالة الشعر وهو حل ناجح لمشاكل أجهزة الليزر الموجودة حالياً حيث يقلل التكلفة على المستخدم  
بتقليل المستهلكات ويبرد البشرة بواسطة الهواء المضغوط من الجهاز لتبريد البشرة من غير الحاجة إلى جهاز إلحافي آخر كما لا  
يستخدم الفريون الذي يستدعي رفع الطاقة ويقلل من فعالية العلاج.  
ومن خصائصه أيضاً أنه غير مؤلم ولا يحتاج إلى كريم تخدير ويعتبر سريع جداً بحيث يحافظ على وقت المراجع والطبيب على حد  
سواء ويحتوي على أكثر من موجة ليزر لعلاج البشرة العادية والسمراء ومن المهم ذكره أن الفريق العلمي بمستشفى أدمة كان له دور  
كبير بتطوير هذا الجهاز نظراً للمشاكل المذكورة أنفاً مع الأجهزة الأخرى فهو إضافة إلى عالم الليزر.



تحدث آلاماً مبرحة ومدرجة وتأثيرها يظهر في  
طريقة الكلام

## شفاهنا والتشققات



## زيادة التبغ.. المسببات والعلاج

الجلد هو خط الدفاع الأول في جسم الإنسان و رغم ذلك فهو عضو حساس وشديد التأثر بعوامل كثيرة منها ما هو طبيعي و لاشعة الشمس الضارة منها ما هو من صنع أو استخدام خلطات الإنسان. ومن أهم المشاكل التي تصيب الجلد هو زيادة الصبغ المستول عن لون البشرة وهو "صبغ الميلانين" و تسمى هذه المشكلة "زيادة التصبغات" و زيادة هذا الصبغ عن معدله الطبيعي يسبب عدم توازن في لون الجلد أي وجود بقع داكنة في أماكن مختلفة من الوجه أو باقي أجزاء الجسم. أما أسباب هذه المشكلة فهي متنوعة منها ما هو داخلي مثل زيادة هرمون كوجيك.



خلاصة الطبيعة لعلاج  
التصبغات لكل أنواع البشرة  
خصوصاً الحساسة

تركيبه متوازنه و فعاله لكل  
أنواع البشرة



### بعض الطرق للحد من الإصابة،

لتفادي لعق الشفاه وعضها لأن اللعاب سوف يتبخّر ويسبب مزيداً من الجفاف. استعمال واقي الشفاه عند الخروج من الأجواء الباردة أو الجافة. لا بد من إضافة واقي الشفاه قبل استعمال احمر الشفاه لمزيد من الحماية خصوصاً خلال أشهر فصل الشتاء. من الضروري ارتداء غطاء الوجه لتغطية الشفاه في الظروف الباردة وأثناء الرياح الشديدة. واستعمل مرطبات الشفاه التي توجد بها خصائص الحماية من الشمس في فصل الصيف. ومن الضروري الابتعاد عن حرارة الشمس الحارقة. وهناك طرق أخرى للحماية منها:

- تجنب وضع مثبتات الأسنان غير المناسبة.
- استعمال التكيف المرطب في المنزل لمنع الهواء من الجفاف.
- شرب كميات كافية من الماء لمنع الجفاف في الجسم.

وعند تشقق الشفاه من المهم علاجها فوراً لتفادي المزيد من التعقيدات والمضاعفات الأخرى. إذا كان الشفاه يبدو عليها الانتفاخ أو آثار دم، استشر الطبيب مباشرة لأخذ العلاج المناسب.

### الأم مبرحة ومحرجة للبعض

تحدث تشققات الشفاه في جميع فصول السنة مع العلم بأن فصل الشتاء هو الفصل الأكثر الذي تحدث فيه هذه الظاهرة، فتتشقق الشفاه يحدث ألاماً مبرحة ومحرجة للبعض وغير مريحة وتؤثر في طريقة الكلام والأكل والشرب وأن فهم وإدراك مسببات المرض وطرق الوقاية منه وعلاجه تقلل من إمكانية حدوثه. مسبباتها

تعتبر الطبقة العليا من الشفاه طبقة رقيقة وحساسة وتعتبر الشفاه عرضة للتشقق لأنها لا تقوم بإفراز مواد زيتية والجلد لا يقوم بحمايتها من الجفاف. لذلك من السهل أن تتبخّر الرطوبة وتخرج من الشفاه حيث تجف الشفاه بسرعة شديدة. إن الشفاه يمكن لها أن تتشقق بعوامل الرياح والشمس والظروف الجافة، لكننا نورد بعضاً من تلك المسببات وهي كما يلي:

- التدخين.
  - الجفاف.
  - لعق الشفاه بشكل متكرر.
  - مشاكل الجلد ولا سيما الأكزيما.
  - الحساسية الناتجة عن استعمال بعض المنتجات ومواد التجميل.
  - استعمال بعض الأدوية مثل دواء الرواكتان الذي يستخدم لعلاج حب الشباب.
- ### الأعراض والعلاجات:
- إن كان لديك تشققات في الشفاه فإنك لا بد من أن يكون لديك الأعراض التالية:
- 1- جفاف.
  - 2- احمرار.
  - 3- ألم.
  - 4- تشققات.

### علاجها:

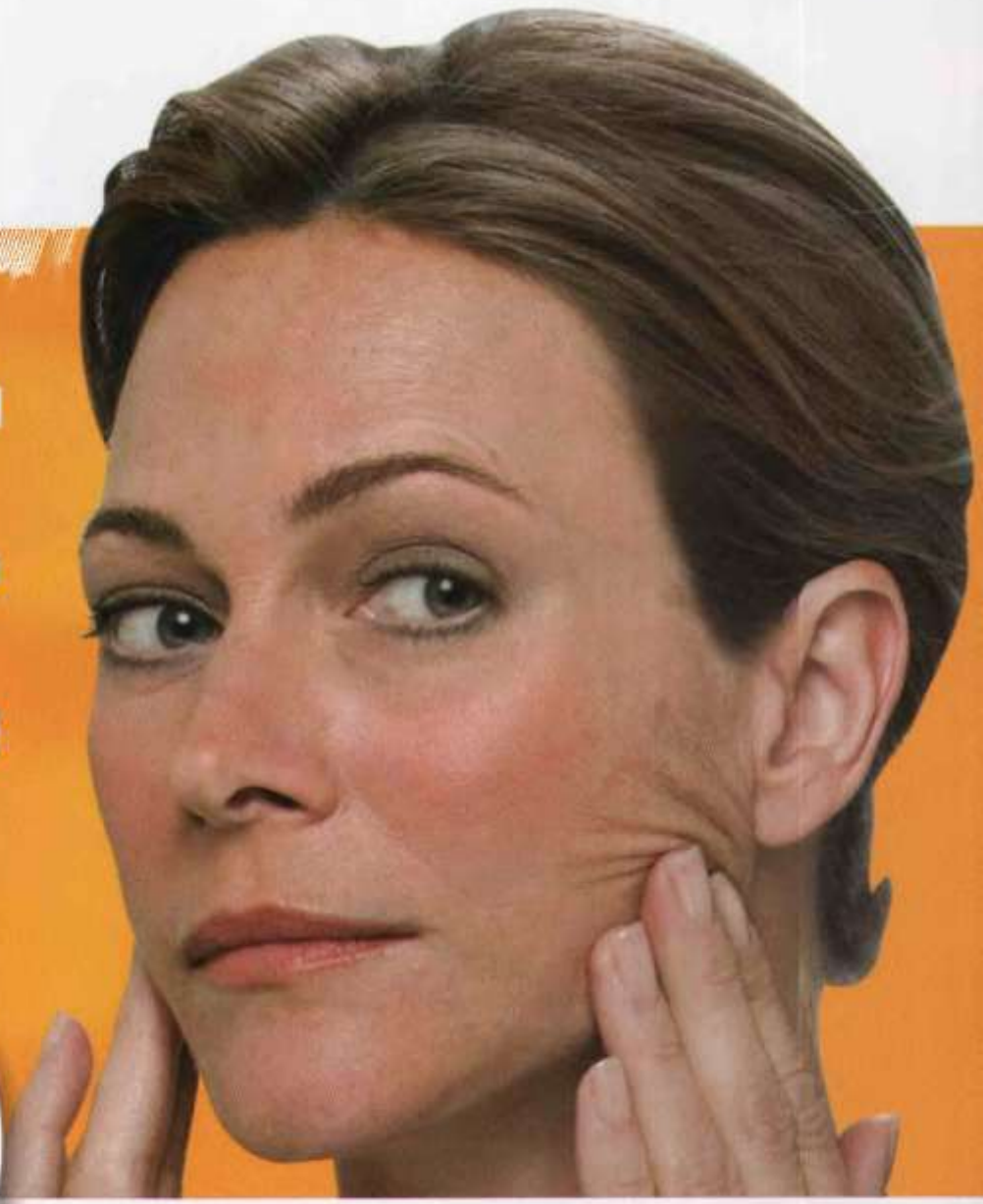
توجد العديد من طرق العلاج لتشقق الشفاه وهذه المنتجات تحتوي على مكونات تساعد في علاج التشققات مثل منتجات حماية الجلد والمرطبات ومسكنات الألم والمنتجات المقاومة لأشعة الشمس. وتحتوي مرطبات الشفاه على مادة البترولولام وزبدة الكاكاو وشمع النحل.

### لتفادي التشقق:

بعض حالات تشقق الشفاه يمكن تفاديها وذلك بالامتناع عن المسببات فعلى سبيل المثال، إن كان السبب هو استعمال منتجات العناية بالجلد، فالطريقة المثلى لتفاديه هي الامتناع عن استعمال هذه المستحضرات الجلدية.



# شد الجلد بدون جراحة وبجلسة واحدة



"أريد شد ذلك الجلد الذي تدلى تحت خط فكي السفلي...  
وأريد التخلص من ذلك الثرهل الذي أدلى بثقله تحت ذقني...  
وأريد فرد تلك الطبقات الجلدية المتراكمة التي طوّقت عنقي...  
وأريد رفع هذين الحاجبين اللذين بدأ بالإنسدال فوق عيني..."  
"إذا سيدتي.. أنت تريدين شداً للجلد وإعادة تحديد الملامح الوجه..."  
"نعم... ولكنني قطعاً لا أريد ذلك بالخضوع لأي جراحة.. فأنا لست مستعدة لعملية جراحية لتحقيق ما أريد... كما أنني لست  
مستعدة لأن أُنحصر عن أعمالي أو نشاطاتي أو حتى التزاماتي الاجتماعية في فترة نقاهة ما بعد الجراحة ولا حتى ليوم واحد..."  
"وهل هذا هو كل ما تريدينه سيدتي؟"  
"حبذا لو كان لي كل ذلك دون أن يأخذ من وقتي.. فأنا وقتي ثمين والتزاماتي كثيرة."  
"حسناً... فأنت إذا تريدين شداً للجلد، وإعادة تحديد الملامح الوجه، من دون جراحة ومن دون الحاجة لأي فترة نقاهة...  
ومن جلسة واحدة فقط."  
"نعم... نعم.. هذا هو بالضبط ما أريد."  
"يسعدني جداً أن أقول... لك كل ما تريدين سيدتي... لك «ثيرميج»."

الموزع الحصري

إمداد imdad  
أرفع تكنولوجيات العناية



## تقنية ثيرماج

لتقنية طبية أمريكية فريدة، حائزة على موافقة هيئة الغذاء والدواء الأمريكية FDA.

تستخدم ذبذبات إشعاعية خاصة تحفز الكولاجين في طبقات الجلد العميقة لتجديد وإمادة هيكلته، مما يدعم الجلد ويشده ويعيد إليه مرونته. جلسة ثيرماج واحدة تكفي لتظهر النتائج المطلوبة.

وستغرق الجلسة ما بين دقائق إلى ساعة كاملة حسب المنطقة المراد علاجها. ويعود معظم الأشخاص إلى نشاطاتهم المعتادة مباشرة بعد الجلسة. تشير التقارير العلمية أن تأثير العلاج يمكن أن يستمر لمدة ٦ أشهر أو أكثر بحسب درجة الترهل الطبيعية لبشرة كل شخص.

## نتائج حصرية لتقنية ثيرماج



بعد العلاج



قبل العلاج



بعد العلاج



قبل العلاج



بعد العلاج



قبل العلاج



بعد العلاج



قبل العلاج

والآن.. أصبحت تقنية ثيرماج متوفرة في الشرق الأوسط حصراً لدى المراكز الطبية المتخصصة التالية:

أبو ظبي: مركز من عيادات الشان الطبي ٦٥٦٦٦٦ - الخليل: مجمع عيادات الشان الطبي ٥٥٥٥٥٥ - الدوحة: مركز جراحة التجميل ٥٥٥٥٥٥  
الرياض: ميدكو ٥٥٥٥٥٥ - دبي: مركز جراحة التجميل ٥٥٥٥٥٥ - القاهرة: مركز جراحة التجميل ٥٥٥٥٥٥  
بيروت: عيادة د. راسي ٥٥٥٥٥٥ - الإسكندرية: مركز جراحة التجميل ٥٥٥٥٥٥ - جدة: عيادة كيتا ٥٥٥٥٥٥ - مكة: مستشفى سائر القلبية ٥٥٥٥٥٥  
حلب: مركز د. منير عبد الكريم بعباد ٥٥٥٥٥٥ - دبي: عيادة د. سمير الشيبه ٥٥٥٥٥٥ - عمان: مركز جراحة التجميل ٥٥٥٥٥٥  
عمان: مركز د. محمد عبد الله ٥٥٥٥٥٥ - مسقط: مركز العلاج الطبي ٥٥٥٥٥٥

www.thermage.com

يذكر بالالتصاق بأي من هذه المراكز للحصول على كتيب معلومات ثيرماج بالعربية، وتطمين إلى عكس بعلامه جديدة.





د. عبد الله النجدي \*

# الزئبق

في مجتمعاتنا العربية يهوى الناس العلاج بما هو طبيعي أي ان مصادرهم من الطبيعة. ونحن نعلم أن الادوية الطبيعية مصادرها إما من الطبيعة أو نتيجة تفاعلات كيميائية. فالمصادر الطبيعية للأدوية تستخلص بعد تنقيتها من الشوائب وما هو ضار للاستخدام البشري.





- الفشل الكلوي الحاد
- اصابه الجهاز العصبي
- فقر دم
- فشل الكبد
- تغير الشخصية - العصبية - الهرمزة - الرعشة
- الضعف - الخمول - فقدان الذاكرة.
- فقدان أو ضعف السمع والنظر والذوق التهاب
- اللثة سيلان اللعاب.

#### الوقاية:

- (1) شراء لحم التونة الخفيف : أفضل من التونة البيضاء أو البكورة (سمك بحري كبير) المرتفعة الثمن لأن التونة البيضاء تحتوي 4 أضعاف من مادة الزئبق مقارنة بغيرها.
- (2) الإكثار من البيض أو الثوم لأن مادة الكبريت الموجود في بياض البيض له قدرة عجيبة على التفاعل مع مادة الزئبق في جسم الإنسان.

#### وجوده:

- النباتات، الحيوانات التي يتغذى عليها الإنسان، السمك، القمح، اللحوم، حشوات الأسنان، مواد التجميل، ملينات الأقمشة، الأحبار، راسمو الوشم، والاتكس البلاستيك، الورنيش.
- المبيدات الحشرية ومبيدات الفطريات
- أسماك التونة والقرش والاسقمري
- رواسب الأنشطة البركانية
- المخلفات الصناعية الناتجة من الصناعات الكيميائية والبتروولية والتعدينية وخصوصا صناعات الكلور.

وقد وجد حب ماهو طبيعي تربة خصبة لترويح منتجات دحيلة على الطب وغير منقاه من الشوائب وتروج بين البسطاء من الناس كمستحضرات لنضارة البشرة يقال أنها تعطي نضاره وحسنا لبشره المستخدم وتزيل البقع السمراء في الوجه والجسم عامة. وللأسف الشديد قد تكون هذه الكريمات مخلوطه بماده الزئبق المحرمة دوليا وغالبية هذه المستحضرات لا يوجد عليها ملصق بثبت محتوياتها. وتباع هذه الكريمات بأسعار باهظة الثمن ولها رواج بين النساء خصوصا. وهذه المركبات خضعت للتحاليل في أقسام السموم ووجد احتوائها على مادة الزئبق بتسب سامه وسوف أسلط الضوء على هذه الماده في مقالتي هذا.

الزئبق هو احد المعادن الثقيله يوجد في الطبيعه بعده صور كيميائيه اما عضويه او غير عضويه . عرف الزئبق منذ القدم ويرجع الفضل الى اكتشاف اضرار وسميته الى العالم المسلم ابو بكر الرازي. ويستخدم في الصناعات الكيميائيه والتعدينيه واستخلاص الذهب وخصوصا صناعته الكلور ونظرا لاختلاط هذه المواد مع النبات والاحياء البحريه وتلوث مياه البحار بالمواد الكيميائيه والبتروليه والتعدينيه ومن رواسب الانشطة البركانيه لذا قد يتعرض الانسان لماده الزئبق عن طريق النباتات او الحيوانات التي يتغذا بها الانسان. او عن طريق استخدام أدويه أو مستحضرات تجميليه موضعيه مخلوطه بالزئبق. ويمتص الزئبق بدرجة عاليه من الجلد إلى داخل الجسم ويستطيع الوصول إلى الخلايا العصبية في داخل جسم الانسان بسهولة مما يؤدي الي تلف الخلايا . لذا حرمت منظمه الادويه والاغذيه استخدام الزئبق في كريمات التجميل ومستحضراته منذ مطلع السبعينات الميلاديه من القرن العشرين.

#### استخداماته:

- في حشوات الأسنان "الاملجم" وقد أثار استخدامه في حشوات الأسنان جدل كبير بين المتخصصين فمنهم المؤيد ببقائه ومنهم المعارض والى الآن لم يثبت علميا تأثير حشوات الأسنان المحتويه على نسبة ضئيله من الزئبق أثرها الضار على الأسنان.
- أجهزه قياس درجه حرارة الجسم. وقد حدثت حالات تسمم لأطفال أصيبوا من ماده الزئبق جراء كسر الجهاز خلال قياس درجه الحرارة ولم يعد استخدام الزئبق في اجهزة قياس درجه الحرارة شائعا ويستخدم الزئبق أيضا كمادة حافظه في قطرات العيون بنسب ضئيله جدا . وفي السابق استخدام الزئبق في المبيدات الزراعيه والدهانات الصبغية المستخدمة في الطلاء... في صناعة الصابون في السابق فقد منع استخدامه في صناعة الصابون.
- واستخدام الزئبق في السابق كعلاج للصدفية والزهري والقمل.

#### إفرازه

إذا امتص الزئبق داخل الجسم فيفرز عن طريق البراز والبول ويمكن قياسه عن طريق البول أو الدم أو في شعر الإنسان وتعد هذه الطريقه هي الأسهل.

#### مخاطره

## يستخدم في الصناعات الكيميائية.. ومستحضرات التجميل

## يؤدي إلى تلف الخلايا.. وحرمة منظمة الأدوية والأغذية

## اكتشفه العالم المسلم أبو بكر الرازي





يمنع دخوله في صناعة الصابون..  
ويوجد في المستحضرات الطبية!

مخاطره.. الفشل الكبدي والكلوي،  
وفقدان الذاكرة والسمع والنظر  
والذوق

#### الدراسة

وفي دراسة أجريت على ٢٨  
عينة تستخدم ككريمات  
تجميل في السوق السعودي  
لمعرفة محتواها من مادة  
الزئبق  
أظهرت النتائج أن ٤٥٪  
تحتوي على الزئبق بنسب  
أعلى بكثير من الذي  
صرحت به منظمة الأدوية  
والأغذية الأمريكية وهو أن  
يكون أقل في جزء واحد من  
المليون.

يمتص بسرعة ويصل إلى الخلايا العصبية

استخدم في الماضي في صناعة الدهانات والمبيدات الزراعية!

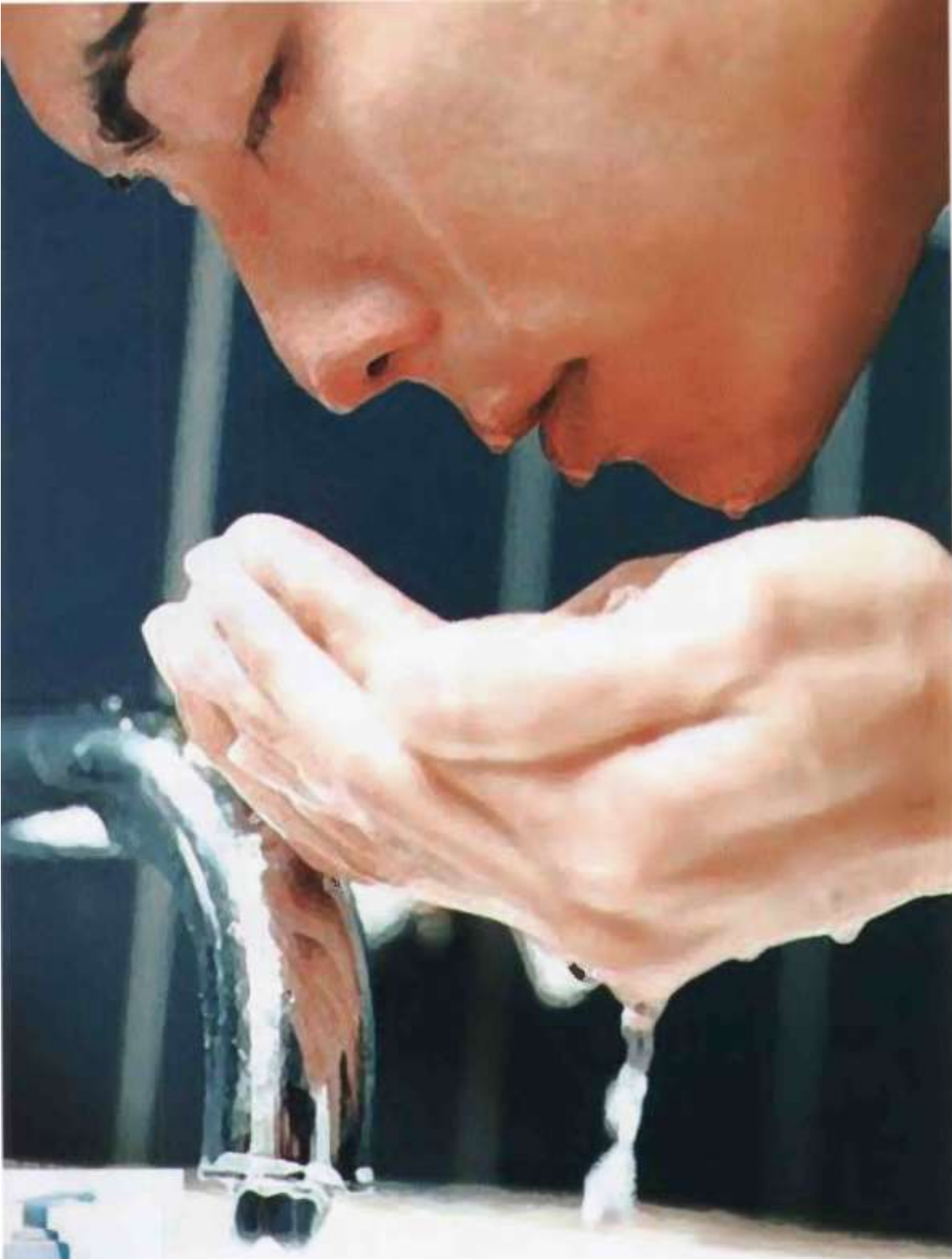


## كريمات التبييض المحتوية على الزئبق

### Mercury in Cosmetic Skin Whitening Creams

Product name	Mercury (ppm)	Country of origin	Color
Kelly	0.43	Indonesia	Shiny yellow
Fair and Lovely	0.54	India	White
Orrefar (Extra pearl Cream)	912.50	Unknown	Dark shiny yellow
Pally (Nourishing Cream)	2.19	Thailand	Light yellow
Bivong	928.50	Unknown	Dark shiny yellow
Butae (Pearl Cream)	517.50	Unknown	Shiny yellow
Ginseng (Extra Pearl Cream)	467.35	Unknown	Yellow
ARCHE (Formula A A Melasma Cream)	0.74	Thailand	Pale yellow
Last fade cream (The secret of seaweed)	0.60	Indonesia	Shiny white
Ginseng (Extra pearl cream)	594.50	Unknown	Shiny yellow
Emoon (Pearl Grease)	0.45	Unknown	Pale yellow
U.B. Formula 99 A.A. (Melasma Cream)	0.43	Thailand	Pale yellow
Silvana cream	2.15	Lebanon	Creamy white
Ly-NA (Nourish face cream)	1.49	Taiwan	Shiny orange
El-Arais cream	0.23	Syria	Pale white
Hawaa cream	0.00	Syria	Shiny white
Hawaa cream	0.00	Syria	Shiny pink
Ly-NA (Medicated pearl paste)	0.00	Taiwan	Shiny orange
Paris cream	0.00	United Arab Emirate	Shiny white
ALFA (Extra pearl cream)	1319.00	Unknown	Shiny yellow
Yin Fong (Extra pearl cream)	388.90	Thailand	Shiny yellow
Rose cream	0.00	Lebanon	Shiny beige
Yong Chin (Nourishing cream)	0.00	Thailand	Off-white
Beanne (Pearl cream)	0.09	Thailand	Dark shiny yellow
Diana	5650.00	Lebanon	Dark shiny beige
Civic (Nourishing cream)	1964.50	Thailand	Pale yellow
Ideal cream	1.18	Lebanon	Shiny beige
Melanax	1.73	Pakistan	Shiny white
Bashaer	0.73	Syria	White
Cing-Cing	0.13	Unknown	Pale yellow
Cing Cing (Roon Petch)	1.18	Unknown	Pale yellow
Daifu (Herbal formula/pearl cream)	271.15	Thailand	Shiny off-white
Drula (Bleaching wax)	0.00	Germany	Shiny white
Tibet Snow	0.37	Pakistan	Shiny white
Palmer's Skin Success (Fade cream)	0.00	England	Shiny white
Skinides (Fade cream)	0.00	England	Shiny white
Fade-Out	0.00	England	Shiny white
Cream Minerva	1281.50	England	Shiny beige





الحساسية التلامسية

التعرض للماء يزيد الحالة  
سوءاً والتوتر يؤدي إلى تأزمها



التلامس مع الصابون أو الشامبو أو الملطفات أو المنظفات المنزلية أو المناشف الورقية أو المذيبات أو الأسمتات أو الدهون أو الشحوم.

- التعرق والذي عادة ما ينشأ عند ارتداء القفازات لفترة زمنية وفي ظروف الحرارة العالية.
- الحرارة مثل التعرض للماء الساخن أو الأجواء الساخنة.
- التوتر والذي يُعدّ غالبا عاملا مساعدا.
- قد تسبب أحيانا وجود سعقات التهابية شديدة أو عدوى فطرية في الأقدام تسبب أكزيما اليدين.

### كيف نتعامل مع أكزيما اليدين؟

قد تنشأ أو تخفى أكزيما اليدين من تلقاء نفسها بغض النظر عن العلاج المستخدم كما تكون مدتها أطول عند البعض ولسوء الحظ ليس هنالك علاج يمنع نشوء أكزيما اليدين عند الشخص لكن هنالك معايير عدة يمكن اتباعها للتحكم بالأمر لكن ليس هنالك علاج محدد يساعد جميع المرضى كذلك ليس هنالك حميات معينة وجد أن اتباعها يساعد. ومن الأفضل اتباع جميع النصائح معا وهي تتضمن:

- من المهم إدراك جميع العوامل المثيرة للمرض في كل دورة مرضية ومن ثم تجنب هذه العوامل وهذا يُعدّ أمرا مهما.
- حماية الجلد جيدا وذلك بارتداء قفازات واقية والتي تتنوع وفقا للنشاط الذي يقوم به المرء مثل ارتداء قفازات قطنية تحت القفازات المطاطية عند القيام بغسيل الصحون وارتداء قفازات مصنوعة من القطن لتدبير الطعام. والجدير ذكره بأن ارتداء القفازات القطنية المستخدمة للقيام بالأعمال المنزلية قد يقلل من الحاجة لغسل اليدين لكن عليك تجنب التلامس المباشر من القفازات المطاطية خصوصا قفازات اللاتكس لغرض الاستعمال الواحد حيث إن بعض الأشخاص قد يتحسسون للاتكس والذي هو عبارة عن بروتين موجود في المطاط الطبيعي.

- استعمال بدائل الصابون مثل المرهم المستحلب أو منظفات اليدين الحارة والتي تتوافق مع معدلات حموضة الجلد (PH 5.5) غالبا ما يكون صابون الاستحمام الاعتيادي قلويا ومسببا للتهيج حتى للجلد الاعتيادي كذلك الحال بالنسبة للصابون السائل المعطر والذي يسبب التهيج أيضا خصوصا إذا كان الجلد سهل التهيج.
- تكرار استخدام الكريمات المرطبة وهذا يساعد على إصلاح طبقة الحجز الخارجية التالفة من الجلد وجعل الجلد أكثر مقاومة للتهيج. وبينما تعدّ الدهون ذات فائدة للجلد الجاف من الكريمات وغالبا تستخدم في الماء مثل (50% liquid paraffin in 50% -sofr par- affin) كما أظهر استخدام الكريمات المرطبة بعد العمل للتعبير عن الدهون الطبيعية أمرا مفيدا جدا في الواقع تكون الكريمات المرطبة (اللوشن) والموجودة على هيئة علب يضخ منها هذا الكريم، أقلّ زيتية وبذا أقلّ فائدة لكن فائدتها تكمن في سهولة استخدامها.
- بشكل عام، من الأفضل عدم استخدام منتجات ذات إضافات مثل العطور وذلك لتقليل احتمالية تكون حساسية.
- تُعدّ الكورتيكوستيرويدات الموضعية أكثر فعالية في حال استخدمت منها أكزيما اليدين الحكة أو في مرحلة حدوث الالتهاب وطالما يصبح

أكزيما اليدين شكل من أشكال الأكزيما التي غالبا ما تصيب جوانب أو أعلى الأصابع وباطني اليدين ويعتقد بأنها تحدث بسبب وجود حساسية وراثية غالبا ما تصيب الأكزيما كلتا اليدين كما تصيب أيضا القدمين، خصوصا منطقة مشط القدم وقد تكون عند بعض الأشخاص نافطات أو فقاعات تُعرف بـ (الحويصلات) التي تتشكل تحت الجلد وتسبب حكة شديدة ومن ثم تتشق وتجف ويعدّ هذا غالبا جزءا من عملية الهرش وتحدث هذه العملية على هيئة دورات مرضية تتنوع من حيث طول الدورة وطول الفترة الفاصلة بين الدورتين لكن لحسن الحظ أن أكزيما اليدين لا تُعدّ مرضا معديا.

من المهم للأشخاص الذين يعانون من أكزيما اليدين أن يدركوا بأن جلدهم يكون حساسا وبذا فإنهم معرضون أكثر لخطر الإصابة بالتهاب الجلد التلامسي الناشئ عن تعرض الجلد لمواد خارجية تسبب الحساسية أو التهيج وهذا يعني أنه من المهم جدا للمصابين بأكزيما اليدين حماية جلدهم والاعتناء به حتى ولو كان لديهم تاريخ مرضي قديم للإصابة بأكزيما اليدين فإن جلدهم لا زال يُعدّ أكثر عرضة للتهيج عند القيام بأعمال محددة خصوصا الأعمال التي يكون فيها بلل أو جفاف واضح للجلد والتلامس مع الصابون والمنظفات، كذلك فإن الأشخاص ذوي التاريخ المسبق للإصابة بأكزيما التأتبية، والمعروفة أحيانا بالأكزيما الطفولية وذلك لتكرار حدوثها بين الأطفال البالغين والرضع، هم أكثر عرضة للإصابة بالتهاب الجلد التلامسي.

وطالما يُصاب الجلد، فإن التعرض للماء وحده قد يزيد حالة المرض سوءا.

وفي الواقع فإن الوظائف التي تفاقم المرض عند الأشخاص ذوي تاريخ الإصابة بأكزيما اليدين هي تلك الوظائف التي فيها بلل أو جفاف لليدين وغالبا ما تتضمن مهنة تصفيف الشعر وتدبير الطعام والتمريض والأعمال اليدوية التي يكثر بها استخدام الزيوت والشحوم.

### مسببات أكزيما اليدين

رغم أننا لا نعرف بالضبط لماذا تحدث أكزيما اليدين إلا أنه يعتقد بأن وجود تاريخ في الطفولة للإصابة بالربو أو الأكزيما أو حمى القش تُعدّ عاملا مهما عند البعض وبشكل عام يُصنف الشخص مصابا بالحساسية إذا كان له تاريخ مرضي للإصابة بالأكزيما أو الربو أو حمى القش وكان أيضا هنالك شخص آخر من العائلة له تاريخ إصابة بالأكزيما أو حمى القش أو الربو رغم أن التصنيف الصحيح للإصابة بالحساسية قد يتنوع.

### عوامل مؤثرة لأكزيما اليدين؟

قد تتأزم أو تنشأ أكزيما اليدين بسبب العوامل التالية:

- التلامس مع مهيجات الجلد مثل الماء خصوصا خالتي الببل والجفاف أو





## أكزيما اليدين قد تنشأ أو تختفي من تلقاء نفسها



هذا الطلح جافاً ومتشققاً ومتقشرأ فإن الكورتيكوستيرويدات تصبح أقل فائدة وتصبح المرطبات الزيتية الأفضل في تلك الفترة. وحيث إن جلد باطني اليدين وجانبي الأصابع يُعد من مناطق الجلد المثخنة من الجسم يتطلب استخدام الستيرويدات الموضعية القوية. وتتوفر هذه الستيرويدات الموضعية على هيئة كريمات بيضاء أو مراهم زيتية وأطباء الجلد غالباً ما يفضلون وصف مراهم زيتية أكثر من الكريمات وذلك لقدرتها على توفير رطوبة نسبية أعلى إضافة إلى عدم احتوائها على إضافات والتي قد تسبب الحساسية في حال تشكلت التهابات الذي يحدث أحياناً بعد تشقق الجلد فإن هذا قد يتضمن وجود عدوى ثانوية وبذا يساعد هنا وصف دهن زيتي مضاد بكتيري. - قد يساعد أحياناً استخدام كريم قطراني لمعالجة مناطق الجلد الحشرقية المثخنة.

### الحالات الشديدة

تتضمن خيارات العلاجات من قبل أطباء الجلد ما يلي:

- العلاج بالضوء فوق البنفسجي UVB. PUVA من مرتين إلى ٣ مرات أسبوعياً على اليدين.
- المعالجة بالكورتيكوستيرويدات المأخوذة عن طريق الفم (والتي عادة ما تتم المعالجة بها لفترات زمنية قصيرة في الحالات الشديدة).
- أقراص بدائل سترودية ومنها Cyclosporin A، methotrexate، azathiopine والتي عادة ما تستخدم لفترات زمنية مع الكورتيكوستيرويدات المأخوذة عن طريق الفم وفي حال لم تستجيب أكزيما اليدين لهذا العلاج فإن تشخيصاً آخر قد يكون هو وجود التهاب جلد تلامسي تهيجي أو تحسسي أو الانتكاري تلامسي (والتهاب جلدي تلامسي بسبب حساسية البروتين الموجود بقفازات اللاتكس أو الأغذية) أو الصدفية أو السعفة لذا يتطلب إجراء فحوصات أخرى.



# لا علاقة بين مزيلات التعرق والإصابة بسرطان الثدي

تُعد مضادات التعرق غالباً خط العلاج الأول لفرط تعرق منطقة الإبط حيث تتواجد بسهولة في الصيدلية لكن يمكن أن تستخدم هذه المضادات في مواقع أخرى من الجسم تميل للتعرق بشكل كبير وفي حال فشلت المضادات البسيطة في العلاج ابحث عن مضادات التعرق الأقوى فهي دائماً متوفرة في الصيدلية.

احترازا وقائية  
تجنب وضع مضادات التعرق على الأغشية المخاطية (الفم، الأنف، جفنا العينين، المناطق التناسلية، الشرج).  
قد تسبب مضادات التعرق حدوث التهاب جلدي تلامسي تحسسي أو تهيجي ومن الممكن أن يعود هذا للمخففات أو المكونات النشطة الموجودة في المستحضر. ويُعد الجلد المحيط بمنطقة الإبط ميالاً بشكل متجدد للالتهاب وذلك لكونه رقيقاً وحساساً ورطباً ومنظفياً. ومن الأشخاص المهددين بالمعاناة من الآثار الجانبية لمضادات التعرق هم المصابون ب:

- أكزيما.
  - جلد حساس.
  - حساسية تلامسية للعطور.
  - المواد الحافظة.
  - الأصباغ.
  - المعرضون للمعاناة من توهج الجلد بعد الحلاقة.
- ولتقليل احتمالية تكوين هذه الآثار الجانبية فإنه يجب استخدام المستحضرات خفيفة التركيز على الأماكن الحساسة. وفي حالات نادرة حيث يتعرض جريب الشعر للانسداد لفترة طويلة من الزمن، فإنه قد يتكون هناك كيس (حويصلة) والذي يتلف القنوات ويشكل كتلا صلبة مؤلمة تحتاج لأن تزال جراحياً.
- وردت هناك تقارير تربط بين استخدام مضادات التعرق المستخدمة تحت الإبط بقدرتها على تسبب سرطان الثدي، لكن حتى التاريخ لا يوجد هناك أية أدلة طبية تربط هذه العلاقة.

قد يؤدي استخدام ال-diphmansl methhylsul-fate إلى جفاف الفم وإلى غير ذلك من الآثار السلبية (السمية) ولذلك فإنه يحظر استخدامه من قبل الأطفال اليافعين لسميته.

قد تسبب التهاباً  
جلدياً تلامسياً  
تحسسياً



## الكورتيزونات الموضعية

### تزيد نسبة السكر وترفع الضغط وترقق البشرة

أحدثت مركبات الكورتيزون المستخدمة موضعياً ثورة في علم وعلاج أمراض الجلد منذ ظهورها في أواخر الخمسينيات، وتصنع هذه المركبات على شكل كريمات ومراهم وغسولات ومحاليل وهناك العديد من المركبات المختلفة التي توجد على هيئة من المستحضرات التجارية وتقسم هذه المركبات إلى سبع طبقات فالطبقة الأولى تعتبر أقوى تأثيراً والطبقة السابعة أضعفها والقاعدة تنص على استخدام الكورتيزون الأضعف طالما سيقوم بالعمل المطلوب لكن وفي بعض الأحيان يكون من المهم استخدام المركب الأقوى لفترة زمنية قصيرة للتأكد من أن المرض الجلدي سيتلاشى تماماً. فمثلاً (clobetasol propionate Dermavate) يصنف من الطبقة الأولى القوية المفعول والتأثير والمضاعفات الجانبية بينما الهيدروكورتيزون 1٪ يصنف من الطبقة السابعة الخفيفة التأثير والمضاعفات الجانبية.

يمنع إفراز الهرمونات  
المحفزة لإنتاج  
الكورتيزونات  
الطبيعية



## أحدثت ثورة في علاجات الجلد ولكن..!

### أخطاء شائعة في استخدام مركبات الكورتيزون

ترقق الجلد حيث تقل سماكة الطبقات المكونة للجلد نتيجة استخدام الكورتيزون القوي التركيز ولدة طويلة وهذا الأثر عادة يكون غير رجعي.

تمزق وتكدم سريع للجلد.

التهاب ما حول الفم وظهور طفح جلدي محمر ومزمن حول الفم.

توسع الأوعية الدموية الدقيقة.

القابلية للإصابة بأمراض جلدية مثل حبوب الشباب وإثارتها خاصة عند استخدامها في المناطق الدهنية من الجلد وظهور الانتانات الجلدية.

زيادة نمو الشعر وغالباً ما يحتفي عند التوقف عن الاستخدام.

قلة الصبغة ويحدث مع الاستعمال المزمّن ويختفي عند التوقف عن الاستعمال.

تكون حساسية موضعية لمركبات الكورتيزون.

يعتمد خطر وجود هذه الآثار الجانبية على قوة الكورتيزون وطول مدة استخدام العلاج وعلى المناطق التي يتم علاجها وطبيعة مشاكل الجلد فإذا كان المصاب يستخدم مركب كورتيزون قوياً على وجهه فسوف يعاني من المضاعفات الجانبية خلال أسابيع من استخدامه وفي المقابل من ذلك عند استخدامه كورتيزون ذا تركيز ضعيف على باطن الكف فلن يكون هناك أي مضاعفات تذكر والسبب في ذلك سماكة جلد باطن الكف.

### امتصاص الجلد لمركبات الكورتيزون الموضعية:

يتم امتصاص الكورتيزون بمستويات مختلفة في أجزاء مختلفة من الجسم فالكورتيزون الذي يعمل على الوجه قد لا يعمل على كف اليد لكن قد يسبب الكورتيزون القوي آثاراً جانبية على الوجه مثلاً.

- امتصاص الساعد ١٪
- امتصاص الإبط ٤٪
- امتصاص الوجه ٧٪
- امتصاص الجفن والمناطق التماسلية ٣٠٪
- امتصاص كف اليد ٠,١٪
- امتصاص أخمص القدم ٠,٥٪.

### أخطاء شائعة في استخدام مركبات الكورتيزون الموضعية:

استعمال هذه المركبات لعلاج جميع الأمراض الجلدية وهذا خطأ شائع فبعض الأمراض الجلدية مثل الانتانات الجلدية قد تتفاقم وتزيد بعد استخدام هذه المركبات.

إعادة صرف هذه المركبات بدون استشارة الطبيب مما يترتب على ذلك ظهور المضاعفات الجانبية.

الاستدلال بنسبة المركز على قوته، حيث يعتقد بعض المرضى أن مركب الكورتيزون ذا النسبة العالية مثلاً الهيدروكورتيزون ١٪ هو أقوى من غيره من المركبات لأنه أعلاها نسبة بينما العكس هو الصحيح حيث إنه أضعفها تأثيراً على الرغم من ارتفاع نسبة تركيزه.

الآثار الجانبية للكورتيزون الموضعي..

### آثار جانبية داخلية (في الأجزاء الداخلية للجسم):

إذا استخدم أكثر من ٥٠ غرام من clobetasol propionate أو ٥٠٠ غرام من hydrocortisone أسبوعياً فسيتم امتصاص كمية كافية من الكورتيزون عبر الجلد مؤدياً إلى العديد من المضاعفات ومنها:

زيادة نسبة السكر في الدم وهذا الأثر يختفي مع التوقف عن الاستعمال.

زيادة ضغط الدم.

السمة نتيجة لتجمع الدهون في المناطق الدهنية.

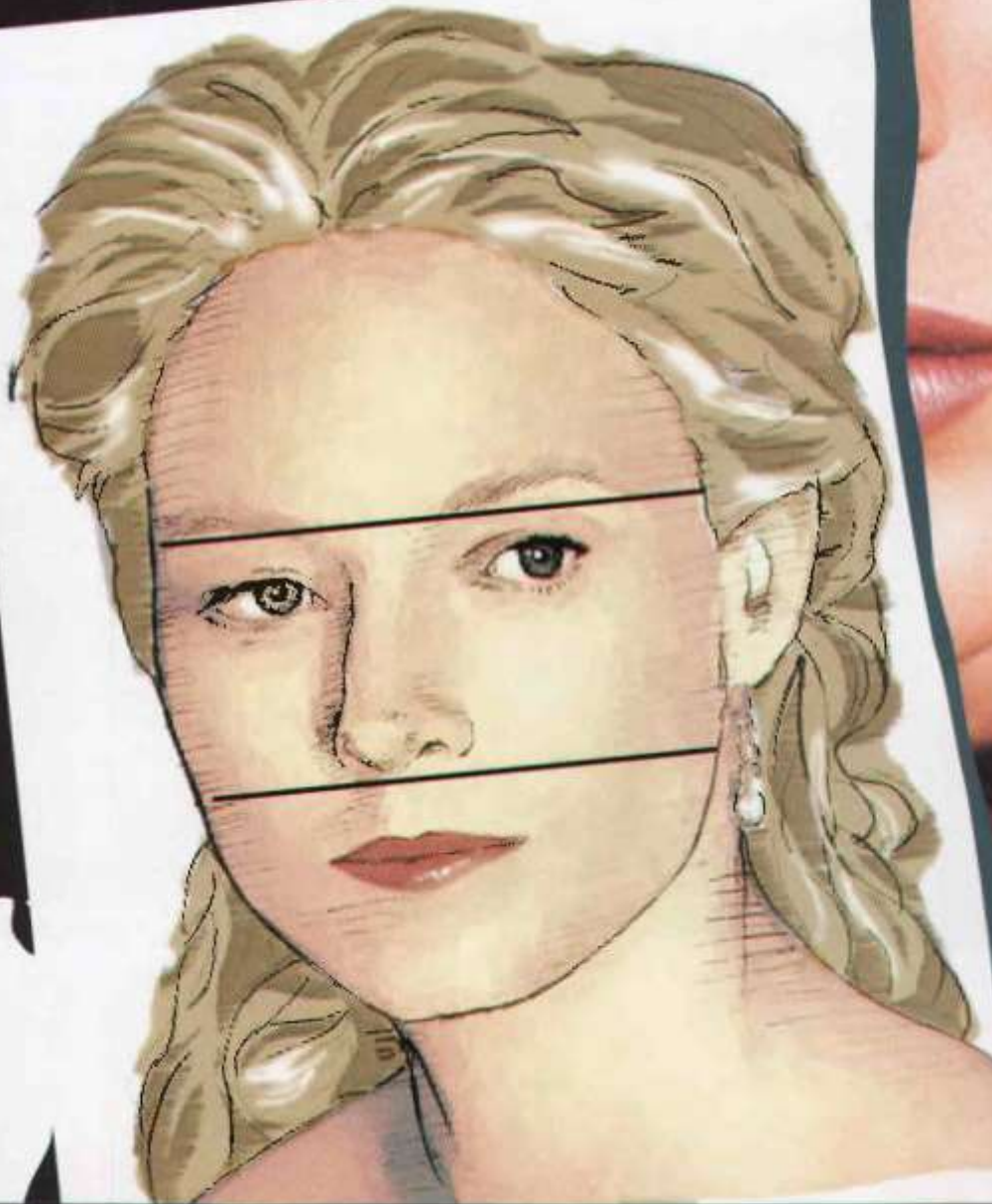
هشاشة العظام.

تثبيط محور الغدة الكظرية والغدة النخامية وتحت المهاد وذلك لأن الكورتيزون يمنع إفراز الهرمونات المحفزة لإنتاج الكورتيزونات الطبيعية من الغدة فوق الكلوية.

الآثار الجانبية الموضعية تتضمن الآثار الجانبية للكورتيزون الموضعي ما يلي:



الشمس، سوء التغذية،  
قلة النوم، التدخين  
وأثرها على البشرة







د. عبدالله السماري\*

ومطفي.  
البشرة الجافة.. تبدو رقيقة  
عند النظر في المرأة، ومسامها  
صغيرة جداً، وخالية من  
الزيتان والبثور نتيجة كسل  
الغدد الدهنية وقلة إفرازها،  
وهذه البشرة تتطلب منظفاً  
خفيفاً كي لا يزيد جفافاً،  
وعند قراءة محتويات العلبه  
نجد كلمة «زيت» (Oil)  
 وأنواعه مختلفة كزيت اللوز  
 وزيت الزيتون.

ويكفي عمل التنظيف لمرة  
واحدة في اليوم، كما ينصح

بكثرة استخدام الكريمات المرطبة لمنع الجفاف الذي يؤدي لسرعة  
ظهور التجاعيد والبهتان، واختفاء بريق ونضارة البشرة.  
- البشرة العادية، تكون رطبة وليست لامعة ومسامها متوسطة  
الحجم وتعد الأصعب تعريفاً بين أنواع البشرة، ويفضل استخدام  
المستحضرات ومساحيق التجميل التي تكون قاعدتها مائية، المحتويات  
تبدأ بكلمة ماء، ويكون التنظيف العميق لدى الإخصائية حسب  
حالة البشرة وقت التنظيف ومدى ميلها أو قربها من البشرة  
الجافة أو البشرة الدهنية.

وهناك نوع آخر مثير للبس يعرف بالبشرة الحساسة، حيث يختلف  
أطباء الجلد وأخصائيو التجميل في تعريف هذا النوع، وحين  
تجد مستحضراً مخصصاً للبشرة الحساسة، فالشركة المنتجة  
تعني أنه مناسب للبشرة الجافة، فهم يسمون البشرة الجافة  
بالحساسة، وهذا يثير اللبس لدى الكثيرين، وبالنسبة لأطباء  
الجلد فإن البشرة الحساسة تعد إحدى حالات البشرة التي قد

## يجب التعامل الصحيح مع البشرة

### البداية الصحيحة تكمن في معرفة نوعها

تصاحب أي نوع من أنواع البشرة التي ذكرت سابقاً، ويميزها  
تكرار التهيج والاحمرار حتى لأدنى الأسباب، فحين تكون البشرة  
الدهنية حساسة يمنع استخدام المنظف القوي، وأصحاب البشرة  
الحساسة قد يواجهون مشاكل أثناء استخدام بعض الكريمات  
المغذية للبشرة التي تحتوي على فيتامينات (E-A-C) أو أحماض  
الفواكه، لدرجة أنها تجد صعوبة في استخدام مساحيق التجميل  
ولهذه الحالة من التحسس أسباب كثيرة.

وهناك ما يعرف بالبشرة المركبة، وهذا مصطلح تستخدمه  
شركات التجميل على أساس أن البشرة تكون دهنية في منطقة  
الجبين والأنف والذقن، وجافة في الأماكن الباقية، وأرى أن جميع  
أنواع البشرة تحمل هذه الخاصية، وليس بإمكاننا اعتبار المصطلح  
نوعاً ميمصلاً من أنواع البشرة، فهل يعقل أن مستحضراً يجفف  
منطقة الأنف ويرطب باقي الوجه في الوقت نفسه!

\* استشاري طب الأمراض الجلدية والتجميل

وقبل التطرق لطرق تنظيف البشرة،  
يجب علينا - أولاً - تجنب البشرة  
وأهمها - الشمس، سوء التغذية، قلة  
النوم، التدخين والكحول، وهناك عدو  
أكثر شراسة يتمثل في سوء التعامل مع  
البشرة.

### التعامل مع البشرة:

بداية يجب التعامل الصحيح مع  
البشرة، وذلك بمعرفة نوع البشرة  
ويقرر ذلك طبيب الجلدية، بعد ذلك  
يسهل الاهتمام السليم بنسبة تصل  
إلى ٩٠٪ وذلك بمعرفة ما يناسبها  
من منظفات، وعناصر مغذية مروراً  
بمستحضرات التجميل.

### أنواع البشرة:

الدهنية، ويمكن معرفتها بالوقوف  
أمام المرآة فقط، حيث انها تبدو  
سميكة تكثر فيها المسام الواسعة  
الواضحة للعين المجرة، وتبدو لامعة  
بالنظر، وزلقة الملمس خاصة إذا لم  
تفصل لساعات طويلة، بسبب نشاط  
الغدد الدهنية التي تفرز دهوناً زائدة  
على سطح الجلد، ويتم إزالتها إما  
بالتنظيف أو المسح، وإذا لم يتم ذلك  
تؤدي إلى نشوء بثور ذات رؤوس سوداء  
وبيضاء يمكن أن تلتهب، وتصبح حمراء  
اللون (ما يعرف بحب الشباب).

هذا النوع من البشرة يحتاج منظفاً  
قوياً قادراً على إزالة الدهون، ويفضل  
الغسل مرتين يومياً على الأقل، وأنواع  
المنظفات متعددة، فقد تكون على  
شكل صابونة تقليدية، أو سائل لوشن  
أو ما يعرف بـ «سكرب» (Scrub)،  
أي أن النوع لا يهم، ولكن المحتوى،  
أو المادة الفعالة، والمساعدة التي  
تحمل المادة (إما كجولية أو مائية أو  
زيتية) الأساس، وأسهل طريقة لمعرفة  
المنظف المناسب للبشرة الدهنية قراءة  
المحتويات على العلبه التي يجب أن  
تبدأ بكلمة «الكحول» (ALCO-)  
(HOL) وقد تضطر صاحبة البشرة  
الدهنية القيام بتنظيف البشرة لدى  
اختصاصية تجميل (الفاشيال) وذلك  
لإزالة «الزيتان» بين فترة وأخرى وما  
يساعد على نشوء «الزيتان» واستخدام  
الكريمات المرطبة أو تكرار استخدام  
مساحيق التجميل الزيتية، كما ينصح  
باستخدام كريم أساس قليل الزيت

البشرة عنوان الجمال،  
وهذا سر اهتمام  
الراغبات في الجمال  
بشترتهن، فالبشرة مرآة  
الصحة العامة، ودليل  
أناقة الإنسان، لذلك  
كان الاهتمام - قديماً  
- بالبشرة منذ أيام  
المصريين القدماء،  
حيث عرف وقتها أن  
الملكة كليوباترا كانت  
تستخدم الحليب  
كمستحضر تجميل،  
واكتشف بعد ذلك  
أن الحليب يحتوي  
على أحماض تحضر  
حالياً على شكل  
كريمات عرفت بأحماض  
الفواكه.



وأهم الأمراض الروماتيزمية التي تصيب الجلد ما يلي:

١. الذئبة الحمراء (Lupus Erythema -) (tosis)

٢. مرض تصلب الجلد (Scleroderma)

٣. مرض التهاب الجلد والعضلات (Der -) (matomyositis)

الذئبة الحمراء (Lupus Erythemato -) (sus) وهي من الأمراض ذاتية المناعية ذات الطيف الواسع من حيث شدة المشكلة ونوع الأجهزة المتأثرة ويمكن تصنيف الذئبة الحمراء إلى نوعين رئيسيين هما:

أ- الذئبة الحمراء الجهازية (Systemic) (Lupus Erythematosus):

وهي أخطر الأنواع وأشدها حيث تصيب العديد من أجهزة الجسم بدرجة تختلف من مريض إلى آخر، وأهم الأجهزة المتأثرة ما يلي:

- التهاب المفاصل - تغيرات في الجلد والشعر والأغشية المخاطية - التهاب في الكلى - التهاب في الجهاز العصبي - التهاب في الأوعية الدموية - التهاب في الجهاز التنفسي - التهاب في الجهاز الدوري والقلب - الخلل الوظيفي والأسباب لم تعرف بعد الأسباب الأساسية للذئبة الحمراء وإن كان هناك الكثير من الاضطرابات المختلفة الدالة على العديد من العوامل المهيئة للإصابة بالمرض وأهمها:

أ - استثارة الجهاز المناعي: حيث يعتبر المرض من الأمراض ذاتية المناعة نتيجة لإنتاج العديد من الأجسام المضادة لمختلف أنسجة الجسم وأهمها ما يلي:

الأجسام المضادة للنواة (Anti-Nuclear Antibody): وهو من العلامات الفارقة لهذا المرض والذي يغلب أن يكون فحصه موجباً لغالب المرضى الأجسام المضادة للحمض النووي (Anti-DNA Antibody): وهناك عدة أنواع منها ولها فائدة كبيرة لتشخيص المرض وتحديد التوقعات المرضية بشأن خطورة المرض وإصابة بعض الأجهزة الحيوية مثل الكلى. أجسام مضادة نوع سميث (Anti-Smith Antibody) أو تشابه الأجسام المضادة للحمض النووي من ناحية أهميتها.

ب - الاستعداد الوراثي: حيث أن وجود تاريخ عائلي بالمرض يزيد من فرص الإصابة

## الذئبة الحمراء

# الأمراض الروماتيزمية والجلد

د. سلطان بن حمد الخيزان

هناك علاقة وثيقة الصلة بين العديد من الأمراض الروماتيزمية والجلد حيث تظهر الكثير من الأعراض والعلامات في الجلد للكثير منها، بل إن بعض الأمراض الروماتيزمية قد تصيب الجلد فقط بدون التأثير على الأنسجة الداخلية وبعضها قد يتم تشخيصه بواسطة طبيب الجلدية قبل أن تظهر العلامات الجهازية





الفم، ولا يوجد هذا النوع إلا بوجود الذئبة الجهازية.

### التشخيصات التفريقية:

١. الوردية Acne Rosacea أنواع الحساسية الشمسية الأخرى

٢. الذئبة الحمراء شبه الحادة (Subacute Cutaneous Lupus) ولا يشترط أن تحدث مع الذئبة

الجهازية حيث تبلغ نسبة حدوث الذئبة الجهازية ما يقارب ٥٠٪، وهي تظهر في المناطق المعرضة والمخفية عن

الشمس و تظهر في شكلين

رئيسيين هما: الطلع الحلقي

(Annular Form)

ويظهر في شكل حلقات

متواصلة أو منفصلة مصحوبة

بتقشير خفيف مع الاحمرار

الطلع شببيه الصدفية

(Psoriasiform type) و

يظهر في شكل طلع قريب من

الصدفية عادة على الجذع

٣. الذئبة الحمراء القرصية

(Discoid Lupus)

وتسمى أحياناً بالدائرية، و

هي أكثرها انتشاراً وأقلها ارتباطاً بالذئبة الجهازية.

الأعراض والعلامات: تظهر الذئبة القرصية في شكل

مناطق محددة حمراء مع تقشير مستمر في مناطق

الرأس والرقبة خاصة في المناطق المعرضة للشمس مثل

الوجنتين والجبهة، ومع مرور الوقت تبدأ علامات

الضمور والندبات في الجلد بالظهور مع توسع المنطقة

المصابة، ولو أصابت المشكلة فروة الرأس فإنه تنتج ثعلبة

ندبية قد تبقى خالية من الشعر حتى بعد العلاج.

التشخيصات التفريقية:

التهاب الجلد الدهني - الصدفية - الذئبة الشائعة و

تطلق على تدرن الجلد المزمن وهو مرض معد يسببه

الجرثومة المسببة للدرن وليس له علاقة بمرض الذئبة

المعروف.

### علاج الذئبة:

أ - التدابير الدوائية: يعتمد علاج الذئبة على سلم

علاجي طويل يتدرج فيه حسب شدة ونوع المشكلة وفشل

أو نجاح علاجات سابقة و سنناقش العلاجات للذئبة

الجلدية بشكل عام و بتركيز خاص على الذئبة القرصية،

وأهم الخطوات العلاجية ما يلي:

١. الأدوية الموضعية وتستخدم للحالات البسيطة ذات

المساحة المحدودة

مركبات الكورتيزون الموضعية وتستخدم بقوة مناسبة

للمشكلة والمنطقة المصابة



بالمرض.

ج - الاستعداد المناعي: حيث يكثر وجود محددات التوافق النسيجي

للكريات البيضاء (Histo-compatibility Leukocyte An-

tigens) معينة عند المصابين بالمرض. الأعراض والعلامات: هناك

العديد من الأعراض والعلامات لهذا المرض والتي يصعب حصرها

وذلك نتيجة لتعدد الأنسجة المعرضة للإصابة إلا أن أكثرها وجوداً

ما يلي:

- التعب العام والإرهاق و فقد الوزن - آلام و التهاب المفاصل -

الحمى غير معروفة السبب - تقرحات في الفم - تساقط الشعر

غير المفسر- التهاب الجلد نتيجة التعرض للشمس (طفح الشمس)

أعراض كثيرة أخرى يصعب حصرها. التشخيصات التفريقية: يتم

التشخيص عن طريق طبيب الروماتيزم عادة وذلك حسب معايير

الجمعية الأمريكية للروماتيزم للتشخيص والتي تكون معايير سريرية

ومعملية وتتكون من أحد عشر معياراً يحتاج إلى أربعة منها لتأكيد

التشخيص، وهذه المعايير هي:

١. طفح الوجنتين

٢. طفح الذئبة الحمراء القرصية الجلدية (Discoid Lupus)

٣. طفح الشمس

٤. تقرحات الفم

٥. التهابات الكلى

٦. التهابات الجهاز العصبي

٧. التهابات المفاصل

٨. التهابات الأغشية المبطنة للأحشاء

٩. فحص موجب للأجسام المضادة للنواة (ANA)

١٠. اضطرابات معملية في الدم

١١. فحوص موجبة للأجسام المضادة الأخرى.

ب - الذئبة الحمراء الجلدية (Cutaneous Lupus) وتطلق على

إصابة الجلد بالذئبة الحمراء والتي يمكن أن تكون مصحوبة أو

غير مصحوبة بالذئبة الحمراء الجهازية، ويمكن تقسيم أنواعها إلى

ثلاثة أنواع رئيسية هي:

١. الذئبة الجلدية الحادة (Acute Cutaneous Lupus):

وتطلق عادة على طفح الوجنتين الذي يظهر على الوجه مع التعرض

للشمس في مرضى الذئبة الحمراء الجهازية

٢. الذئبة الحمراء شبه الحادة (Subacute Cutaneous Lupus)

وتظهر بنوعين مميزين ويمكن أن تكون مصحوبة أو غير

مصحوبة بالذئبة الجهازية

٣. الذئبة الحمراء المزمنة (Chronic Cutaneous Lupus)

وهي أكثرها انتشاراً، ويطلق عليها أيضاً الذئبة الحمراء القرصية

أو الدائرية (Discoid Lupus) ويغلب أن توجد بدون الذئبة

الجهازية.

١. الذئبة الجلدية الحادة (Acute Cutaneous Lupus) وأهم

أشكالها طفح الشمس أو طفح الوجنتين المشهور والذي يحدث عند

مرضى الذئبة الجهازية بعد تعرضهم للشمس حيث تحمر الوجنتان مع

تقشير ثم يزول الاحمرار مع الحماية من الشمس والعلاج و يذهب

بدون ندبات جلدية، وكثيراً ما تكون مصحوبة بوجود التقرحات في



حقن الكورتيزون الموضعية: وتستعمل في حال فشل المركبات الموضعية.

٢. الأدوية بالفم الكورتيزون بالفم ويستعمل في حدود ضيقة لعدم مناسبتها للاستعمال لمشكلة يعلب أن تكون مزمنة ولذلك لا يستعمل إلا في الحالات الإسعافية وبشكل مؤقت ريثما تبدأ الأدوية الأخرى عملها. مضاد الملاريا وهو عبارة عن أدوية مضادة لطفيل الملاريا وقد وجد أن لها خصائص علاجية كثيرة تساعد في علاج الكثير من الأمراض الروماتيزمية وخاصة الجلدية منها، كما أن لها خصائص واقية من أشعة الشمس في أمراض الذئبة وغيرها من الأمراض المتحصنة من أشعة الشمس، وهناك ثلاثة أدوية رئيسية هي:

١. دواء الكلوروكوين (Chloroquin)

٢. دواء الهيدروكسي كلوروكوين (Hydroxychloroquin)

٣. دواء الكيناكرين (Quinacrine) وتؤخذ هذه الأدوية عادة لفترات طويلة وهي آمنة نسبياً إذا روعيت الاحتياطات اللازمة.

#### مضاعفات ادوية مضاد الملاريا:

١. الترسب في شبكية العين: وقد وجد أخيراً أن هذه المشكلة نادرة إذا روعيت الجرعة المأخوذة، ويحتاج إلى فحص لقاع العين قبل البدء بالعلاج ودورياً بعد ذلك.
٢. ارتفاع وظائف الكبد: وهو نادر الحدوث.
٣. الأدوية المثبطة للمناعة:

وتقوم بكبح الجهاز المناعي لتثبيط أعراض ومضاعفات الأمراض الروماتيزمية، ويحتاج لها في الحالات الشديدة، وأهم الأدوية المستعملة دواء الميثوتركسات (Methotrexate) دواء الازاثيوبرين (Azathioprine).

دواء السيكلوسبورين (Cyclosporin).

٤. أدوية أخرى:

وتستعمل خاصة للذئبة الجلدية وأهمها:

دواء الدابسون (Dapsone) دواء الرواكتان (Roaccutane) دواء الثاليدومايد (Thalidomide).

#### التدابير غير الدوائية:

وأهمها الوقاية من الشمس حيث أنه من الثابت أنها من أهم العوامل المفاقمة للكثير من حالات الذئبة الجهازية منها والجلدي، وكثيراً ما يكون المريض غير مدرك لأهمية أشعة الشمس في مفاقمة المشكلة، وتكون الوقاية من الشمس بالأمور التالية:

تجنب التعرض للشمس قدر الإمكان

لبس الملابس المغطية للجلد أثناء التعرض

إستعمال الواقيات الشمسية بشكل منتظم

#### أخطاء شائعة عن الذئبة الحمراء:

١. الذئبة الحمراء مرض قاتل خطأ على الرغم من أن المرض يمكن أن يكون شديداً إلا أن معظم الحالات يمكن التحكم فيها بالأدوية ويعيش معظم المرضى حياتهم بصورة طبيعية
٢. الذئبة الحمراء القرصية دليل على وجود الذئبة الجهازية خطأ حيث يجب التنبيه إلى أن معظم مرضى الذئبة الحمراء القرصية غير مصابين بالذئبة الجهازية.

\* استشاري طب الأمراض الجلدية وجراحة الليزر



## الاستثمار الطبي



د. أحمد بن علي التركي\*

الاستثمار بشكل عام له مقومات تساعد على نجاحه منها الحاجة والقدرة على التنفيذ ومن ثم الاستثمار هذا لغة، أما شرحاً فهو أكثر تفصيلاً وتعقيداً من الفكرة إلى التنفيذ.

برأي نجاح الفكرة بتنفيذها وليس بوجودها فتوارد نفس الأفكار لدى المهتمين بمجال ما وارد ومتوقع أما

التنفيذ فهو بيت القصيد ففي المجال الطبي لدينا الفرص الاستثمارية كبيرة وكثيرة جداً تفوق ما بذل ويبدل والسوق كبير جداً يتسع للجميع رغم ضيق صدور بعضهم ممن يحتاجون إلى التركيز على إبداعهم ومعرفة أن ذلك في مصلحة استثمارهم.

إن وجود الاستثمارات الطبية لدينا مقارنة بدول كثيرة في العالم يعتبر مميزاً ولكن هل هذا يعكس كل ما لدينا وما نستطيع فعله؟

الجواب بالطبع لا.. فمخرجات التعليم الطبي العالي لدينا ذات نوعية مميزة مشهود لها محلياً وعالمياً وكذلك الموارد المالية والإدارية تعتبر جيدة ولكن ما هي المشكلة؟

هل هو تشتت الأطباء المميزين في قطاعات مختلفة تكرر الأفكار وتعيش حالة من الانقسام، أم هي الأنظمة التي تحكم الطبيب في القطاع العام وتمنع الاستفادة منه في القطاع الخاص، أم هي المعوقات المالية التي تجعل الطبيب المميز رهناً للمستثمر ذي العقلية الربحية فقط، أسئلة كثيرة تحتاج إلى من يجيب عنها ومن يعالجها ولكن هل يتم ذلك عن طريق الإعلام وبعض الكتاب الذين أصبحوا أوصياء على الأطباء وعلى المجتمع وبعضهم يناقض ما ينادون به من أفكار مثل من يطلب عدم السماح للطبيب في القطاع الحكومي بالعمل في المجال الخاص خارج أوقات دوامه الرسمي وهو نفس الشخص الذي يمارس ذلك بشكل أو بآخر.

إن الحاجة إلى دراسة جادة وموضوعية لتذليل العقبات أمر في غاية الأهمية فإهدار هذه الثروة خسارة كبيرة وغير مرئية ربما تؤدي إلى استنزاف ونزيف الموارد!!

**\* استشاري طب الأمراض الجلدية**

**وجراحة الجلد وزراعة الشعر**



# ليزر الفراكسل والتيرماج بين الحقيقة والخيال

يعد جهاز الليزر مثل غيره من التقنيات الحديثة يتجدد ويتطور بسرعة، وآخر صحيحة في علوم وطب الليزر هما جهازا (الثرماج) و(الفراكسل) حيث يكثر السؤال عن هذين الجهازين بين أوساط المرضى وخاصة المثقفين منهم هذه الأيام، وقد عرفت تقنية الثرماج قبل الفراكسل وهناك فرق كبير بين فكرة الجهازين، وسأحاول إعطاء صورة واضحة ومبسطة للقارئ الكريم عن هذين الجهازين.

## ١- الثرماج Thermage

عرف هذا الجهاز منذ عدة سنوات والفكرة فيه بسيطة جدا وهي تسخين الجزء الأعلى من الجلد بدرجة حرارة معينة وخاصة مادة الكولاجين المستولة عن الحفاظ على شد البشرة بواسطة التردد الإشعاعي السعوي (Radio Frequency)

فلو كانت درجة الحرارة ضعيفة فلن تحصل نتيجة وإن كانت أعلى من المطلوب فقد يحدث مضاعفات لذلك يجب أن تكون الجرعة المعطاة دقيقة لتلافي المضاعفات.

عادة ما نحتاج إلى جلسة واحدة فقط ونادراً ما تكرر بجلستين أو أكثر بينهما 6 أشهر على الأقل. والجلسة العلاجية (للثرماج) عادة ما تكون مؤلمة ويمنع وضع أي كريم مخدر أو إعطاء أي نوع من أنواع التخدير الكامل لأن الطبيب يتعرف على مقدار الجرعة المطلوبة على حسب الألم الذي يشعر به المريض حيث أن المريض يجب أن يحس بالألم خفيف وكلما ازداد الألم كثيراً كلما كانت الجلسة أكثر فعالية ولكن أكثر خطورة من ناحية المضاعفات المحتملة. والحق يقال إن مضاعفات هذا الجهاز هي قليلة جداً ونادرة خاصة إذا استخدمت الجرعة بشكل صحيح.

ويستغرق وقت الجلسة إلى ما يقارب الساعة على حسب المنطقة المعالجة ويعقبها احمرار بسيط. قد يشعر المريض بعد الجلسة بشد مؤقت في الوجه بسبب احتقان الجلد الأنفي بعد الجلسة وليس بسبب زيادة مادة الكولاجين الدائم الذي قد يحدث بعد فترة طويلة من الزمن تقدر بأشهر لبعض المرضى.

مما لا شك فيه أنه لو أجريت خزعة جلدية بعد أشهر من جلسة (الثرماج) لوجدنا زيادة في مادة الكولاجين. لكن للأسف لا يوجد تناسب طردي بين زيادة الكولاجين داخل



ميزة «الفراكسل» أنه لا يسبب جروحاً بعد الليزر



## كثير من المرضى غير راضين عن نتائج العلاج بـ «الثيرماج» ليس من الأمانة العلمية عرض أفضل الحالات بصور «قبل وبعد»



د. احمد محمد العيسى\*

جديد يشد البشرة دون حدوث جروح في الجلد. ويتوفر في السوق العالمي في الوقت الحاضر ٤ أجهزة بنفس التقنية تقريبا. يحتاج المريض إلى ٤ جلسات بين كل جلسة والأخرى شهر وعادة ما يلاحظ المريض التغير بعد شهرين إلى ثلاثة من آخر جلسة. وميزة هذا النوع من تقنية الليزر أنها لا تسبب جروحا بعد الليزر وإنما احمرار بسيط يستغرق يومين تقريبا، قد تكون مؤلة جدا (يعتمد على نوع الجهاز) ويمكن استخدام هذا الجهاز لثلاثة أمور:

ندبات الجلد التالية لحب الشباب.  
الكلف.  
تجاعيد الوجه السطحية.

وتستخدم أطوال موجات مختلفة لهذا الجهاز 1550nm، 1440nm، 1500nm

إن هذه التقنية من أحدث وأفضل التقنيات للتعامل مع الندبات ولكن هذا كله من الناحية النظرية.

وينطبق على هذا الجهاز كثير مما قلناه عن جهاز الثرماج من حيث أنه لو تم أخذ خزعة من الجلد بعد عمل الفراكسل لشاهدنا تغيرا كبيرا في مادة الكولاجين ولكن للأسف لا نلاحظ تغيرا كبيرا من الناحية الخارجية للجلد.

وهذه النقطة قد حيرت كثيرا من الأطباء لماذا لا يكون هناك نسبة حرارية معينة بين زيادة الكولاجين الجديد بعد الليزر وشد البشرة أو تحسن الندبات.

والبعض يعتقد أن نوعية الكولاجين المتشكل أفضل من زيادته لشد الجلد والجيد في هذه الأجهزة أن نسبة حدوث المضاعفات قليلة جدا.

وكغيره من الأجهزة الحديثة تسابقت الشركات لأخذ الصور (قبل وبعد) وشبهت هذا التحسن بالخيالي مما دفع المرضى وحتى بعض الأطباء إلى الإقبال على هذا الجهاز وتسويقه لمرضاهم لأنه الجهاز الذي سوف يزيل الكلف والندبات وسيشد الوجه شدا غير جراحي. لقد أظهر جهاز الفراكسل نتائج مقبولة ومشجعة لدى بعض المرضى في حين لم يجد البعض الآخر النتائج المرجوة ولم يلاحظوا هذا التغير المنشود مقارنة بالصور المعروضة (قبل وبعد) من الشركات المسوقة. إنه بلا شك جهاز فعال وآمن نسبيا ولكن أفضل عدم المبالغة بالنتائج لكي لا نظلمه ونظلم مرضانا الأعزاء.

\* استشاري أمراض طب وجراحة الجلد والعلاج بالليزر

الجلد والرؤية الخارجية للجلد حيث أنه كما قلنا عند إجراء خزعة للجلد نرى كمية كبيرة من الكولاجين لكن يبدو أن فعاليتها ليست مثل الكولاجين الأصلي العادي غير المثار. مع العلم أن بعض المرضى يلاحظون أن جلدهم مشدود وقد يشعرون بذلك. لكن هناك نسبة ليست قليلة من المرضى يقولون إنهم لم يلاحظوا هذا التحسن في شد الجلد. ولا يمكن التعرف قبل بداية الجلسات من هو المريض الذي سوف يستفيد من هذا الجهاز من غيره.

ولو شاهدنا ما تعرضه الشركات لتسويق مثل هذه الأجهزة لأيقنا أنه ليس من الأمانة العلمية أن تعرض أفضل وأندر الحالات بصور (قبل وبعد) وعادة ما يبهر المرضى بمثل تلك الصور ويعتقدون أن الأمر نفسه سوف ينطبق على جلودهم. وما تلك الصور إلا عبارة عن شبكة تصطاد بها الشركات المسوقة مرضاهم.

حتى نكون أكثر واقعية وأمانة مع مرضانا يجب إظهار جميع الصور (من قبل وبعد) الجيدة وغير الجيدة ومن ثم نترك المريض مع نفسه لتقييم الوضع. وباختصار أستطيع القول إن جهاز (الثرماج) بلا شك هو جهاز فعال لاستثارة مادة الكولاجين في الجلد ولكن يجب عدم المبالغة بالنتائج لأن هناك نسبة من المرضى لم يستفيدوا من هذا



الجهاز، ويجب ألا ننسى أنه هؤلاء

المرضى الذين استفادوا من هذا الجهاز لم تكن نسبة الاستفادة بالصورة المرجوة أو المطابقة لما شاهدناه في صور (القبل والبعـد). ولا بد لي من أن أذكر أن نسبة مبيعات هذا الجهاز قد قلت في العالم. وأعتقد أن المبالغة التي صاحبت هذا الجهاز من شركات التسويق والإعلان والدعاية جعلت الكثير من المرضى الذين خضعوا للعلاج بهذا الجهاز غير راضين تماما عن النتائج القليلة التي حصلوا عليها. ولاحظوا أن هناك فرقا بين صور (قبل وبعد) التي تم عرضها عليهم قبل البدء بالعلاج وبين نسبة النتائج المتواضعة على جلودهم أنفسهم.

٢- الفراكسل Fraxel:

تقنية حديثة نسبيا، تقوم هذه التقنية بإحداث نقط حرارية ليزرية صغيرة في الجلد ذات عمق معين تتسبب في إثارة وتكوين كولاجين



## بمشاركة نخبة من الاطباء المتخصصين

## عقد مؤتمر (جدة ديرم)

بالتعاون بين الجمعية السعودية للأمراض وجراحة الجلد وبين مستشفى الملك فيصل التخصصي ومركز الأبحاث في مدينة جدة، وبمشاركة نخبة متميزة من الأطباء المتخصصين كالدكتور علي عطالله الرادادي، والدكتور محمد صالح قاري، والدكتور سمير خضر زمو، والدكتور مجدي عبدالغني، والدكتور محمد إبراهيم فطاني، والدكتور اسعد جمعة، والدكتور خالد عفيف، والدكتور



د. هادي عبد الغني



د. محمد الفطاني



د. علي الرادادي

سهاد الهندي، والدكتور وداد خان، والدكتور عادل السنتلي وهم من الأطباء المعروفين ومن أعضاء الجمعية السعودية للأمراض وجراحة الجلد. سوف يقام بمشيئة الله تعالى المؤتمر الأول تحت مسمى جدة ديرم في مدينة جدة بتاريخ ١٥-١٨ صفر ١٤٢٨ الموافق ٨-٥ مارس ٢٠٠٧م، معتمداً من الهيئة السعودية للتخصصات الصحية كبرنامج تعليم طبي مستمر بواقع (٢٧) ساعة من ساعات التعليم الطبي المستمر.

إن إقامة مثل هذه المؤتمرات تساهم بكل تأكيد بالرفع من كفاءة وأداء أطباء الأمراض الجلدية والعاملين في المجال الصحي في بلادنا، وهي علامة صحة في سبيل رفع المستوى العلمي للطبيب الممارس في هذه البلاد الغالية.

## التقشير الكيميائي الآمن بواسطة حامض البايروفليك

ماهو الدور الذي يقوم به حامض البايروفليك على الجلد؟

- ١- ينظم إفراز الدهون؟
  - ٢- يقاوم البكتيريا المسببة لحب الشباب.
  - ٣- يقلل من الالتصاق بين الخلايا المتقرنة مما يسبب نقصان سماكة الطبقة المتقرنة للجلد.
  - ٤- يحفز تكوين كولاجين وإلاستين الجلد وكذلك الجلايكوبروتين.
- ماهي الحالات التي يستخدم بها التقشير بواسطة حامض البايروفليك وما التركيز المناسب؟
- يوجد حامض البايروفليك تجارياً بنسب تراوح بين ٢٥٪ إلى ٥٠٪ ويمكن التقشير بأي منهما حسب ما تستدعيه الحالة والجدول التالي يوضح دواعي الاستخدام:

يعتبر التقشير بواسطة حامض البايروفليك من النوع المتوسط العمق حيث يلعب تركيز الحامض ودرجة الحموضة ومدة تطبيقه على البشرة دوراً هاماً في قوة التقشير، ويستخلص حامض البايروفليك من مواد طبيعية (العسل، الفواكه المخمرة، الخل) ويتحول فسيولوجياً في الجلد إلى حامض اللاكتيك. ويمتاز حامض البايروفليك بقدرته على اختراق الجلد بسبب صغر حجم الجزيء المكون له. كما أن احتوائه على مجموعة الكيتون بدلاً من الهيدروكسيل يجعله قادراً على الذوبان في الدهون واختراقه الأخرية الشعرية، الغدد الدهنية. ويمكن استخدامه بتركيز يصل إلى ٥٠٪ دون الخوف من حدوث آثار جانبية.

Pyruvic Peel La	Pyruvic Peel Plus
يحتوي على ٢٥٪ حامض البايروفليك و ٢٥٪ حامض اللاكتيك. بدرجة حموضة ٢	يحتوي على ٥٠٪ حامض البايروفليك و ٥٪ حامض اللاكتيك. بدرجة حموضة ١
١. يمكن استخدامه للتقشير تحت العين وكذلك تقشيراً لشفاة.	١. علاج الندب الناتجة عن حب الشباب.
٢. يمكن استخدامه مع عقار isotritinoin.	٢. التجاعيد السطحية و البشرة المترهلة.
٣. يستخدم للنضارة وكذلك كتحضير للتقشير العميق	٣. التصبغات والكلف

pyruvic peel  
chemical peel



ملاحظات على التقشير بواسطة حامض البايروفليك:

- ١- يخضع المريض إلى ٥-٦ جلسات في عيادة الطبيب حيث تكون الفترة بين كل جلسة وأخرى حوالي أسبوعين.
- ٢- يمكن أن يحدث احمرار بسيط عند بدء التطبيق على البشرة سرعان ما يزول بعد عدة دقائق.
- ٣- يمكن استخدامه مع أنواع أخرى من التقشير الكيميائي.
- ٤- يمكن استخدامه مع التنعيم الكريستالي.



تحتوي على حامض الفوليك وفيتامين (أ) و(ج) و(هـ) ومادة الكروتين والزنك

## الإثار من تناول الورقيات يساعد على الوقاية من سرطان الجلد

أجريت دراسة حديثة في معهد كوينزلاند باستراليا على ١٠٠٠ شخص وأوضحت أن تناول الورقيات كالسبانخ بكثرة في الأسبوع يقلل من الإصابة من سرطان الجلد بنسبة ٥٥%. وأرجعت الدراسة سبب ذلك إلى أن الورقيات تحتوي على حامض الفوليك وفيتامين (أ) و(ج) و(هـ) ومادة الكروتين ومادة الزنك التي تساعد على حماية الجلد من أشعة الشمس التي تساعد على الإصابة بسرطان الجلد. فهناك العديد من أنواع السرطانات التي تبدأ في الجلد، وأكثرها شيوعاً هو سرطان الخلايا القاعدية، وسرطان شائكة الخلايا. هذان النوعان من سرطانات الجلد غير الملائني. الورم الملائني هو نوع من سرطان الجلد الذي يبدأ في الخلايا الميلانية وهو ليس شائعاً مثل سرطان الجلد ذي الخلايا القاعدية. سرطان الجلد أكثر شيوعاً عند الأشخاص ذوي البشرة الفاتحة، الذين أمضوا وقتاً طويلاً تحت ضوء الشمس، ويمكن أن يتطور سرطان الجلد في أي مكان بالجسم لكنه أكثر تمركزاً في الأجزاء التي تعرضت كثيراً لضوء الشمس، مثل الوجه والعنق، اليدين والذراعين. ويمكن ظهور سرطان الجلد بأشكال عديدة مختلفة وأكثر علامات شائعة هي ظهور تغيرات على الجلد مثل نمو أو تقرح لا يبرأ ولا يندمل بسهولة، وقد تظهر في بعض الأحيان كتلة صغيرة يمكن أن تكون ناعمة، لامعة وشمعية المظهر أو قد تكون ذات لون أحمر أو بني محمر ضارب إلى الحمرة كما أنه قد يظهر سرطان الجلد في شكل بقعة حمراء مسطحة خشنة أو متوسفة أو حشرقية. فالتغيرات التي تحدث في الجلد ليست كلها بالضرورة تغيرات سرطانية، غير أنه ينبغي مراجعة طبيب الأمراض الجلدية عند ملاحظة أية تغيرات في الجلد ومثل معظم السرطانات فإن أفضل معالجة لسرطان الجلد تكون عند اكتشافه وتشخيصه مبكراً أي قبل استفحاله وانتشاره وعند ظهور بقعة أو كتلة على جلد المريض فقد يقرر الطبيب المعالج إزالة وفحص النسيج المكون له بواسطة المجهر. ومن الممكن معالجة وشفاء معظم سرطانات الجلد غير الملائنية وتعتمد فرص الشفاء (والتوقعات المستقبلية للحالة) واختيار نوع المعالجة، على نوع ومدى انتشار سرطان الجلد.

## زيادة التعرض للأشعة فوق البنفسجية يعرض الجلد للتجاعيد

يون - وكالات:

حذرت الجمعية الألمانية لأطباء الأمراض الجلدية الشباب من التردد بكثرة على صالونات التجميل بغية اكتساب البشرة اللون الأسمر لأن هذا قد يؤدي لتعرض جلدكم لمضاعفات منها الترهل وظهور التجاعيد على المدى الطويل وقالت الجمعية إن الذين يعرضون أنفسهم بكثرة لمثل هذا الضوء الصناعي يعجلون بعملية شيخوخة الجلد وظهور التجاعيد، وقال أوبه راينهولد أستاذ أمراض الجلد من يون «إن الأشعة فوق البنفسجية تشد الخلايا المرنة في الطبقات العميقة للجلد مما يؤدي لإصابته بالترهل مع التقدم في السن. وفضلاً عن ذلك فإن التعرض للأشعة فوق البنفسجية والمرء نائم على سرير لاكتساب البشرة السمراء يؤدي إلى الإضرار بالمادة الجينية في خلية الجلد مما قد يسبب سرطان الجلد وأظهرت دراسات أجريت في الولايات المتحدة أن ثمة ادماناً حقيقياً بين الشباب لاكتساب البشرة اللون الأسمر وأن الإفراط في هذا الأمر يؤدي لاتلاف آليات الحماية الذاتية للجلد بحسب راينهولد.







**يتعرض** الناس - جميعاً - للشيب على السواء، لكن يختلف وقت

حدوثه من شخص لآخر، فقد يشيب شعر بعضهم في فترات عمرية مبكرة، وقد يتأخر، وتلك عملية طبيعية تحدث مع تقدم الإنسان في العمر. وعلى الرغم من أن الشيب الطبيعي يعد من الدلالات الرئيسة للوقار والهيبة، إلا أنه يعد مشكلة لدى الكثير من النساء، والرجال الذين يحاولون بشتى الطرق إخفاءه.

يحدث الشيب عندما يتقدم الإنسان في العمر وبالتالي يقل إفراز الجسم لمادة الميلانين المسؤولة عن إعطاء اللون للشعر، ومع مرور الوقت تتوقف الخلايا الملونة في بصيلة الشعر عن تكوين وتصنيع الميلانين، فينمو الشعر بلا لون، ولا يتبقى من لون الشعر إلا لون مادته الأساسية التي يتרכب منها مادة (الكيريتين) التي لا لون لها.

## الشعر الأبيض وما جس الشيخوخة





#### - الشيب الطبيعي:

يبدأ الشعر في المشيب عن البيض من منتصف سن الثلاثين وحتى الأربعين، ثم يزداد الشيب على مدى العشرين عاماً التالية ومع بلوغ الإنسان لمن ٦٠-٧٠ عاماً يشيب الشعر كله تقريباً، أما السود فإنهم قد يتأخرون من البيض بمعدل (١٠ سنوات) والنسب غير معروف يظهر الشيب على جانبي الرأس أولاً ثم ينتشر ليشمل بقية شعر الرأس، ثم بقية شعر الجسم، ويأتي ذلك كله نتيجة

طبيعية لنقص مادة الميلانين، كما وجد أنه مع مرور العمر يزداد تكون الحبوب الهوائية داخل الشعر مما يؤثر عن طريق الأكسجين ويؤدي إلى أكسدة الميلانين إلى مادة عديمة اللون تعطي الشعر اللون الأبيض.

#### - علاج الشيب:

لا يوجد علاج نهائي للشيب، ولكن من الممكن الإبطاء بعملية الشيب، وذلك في حالة الشيب المبكر، فيجب العلاج للأسباب التي أدت إلى ظهوره، والاهتمام بالصحة العامة والاعتناء بنظافة الشعر وتغذيته، ومعالجة الالتهابات التي تصيبه، ومعالجة بؤر الالتهاب المتكرر، من الأسنان واللوز ومعالجة فقر الدم، ونقص التغذية، مع التأكد من سلامة إفرازات الغدة الدرقية، وكذلك الاهتمام بالاستقرار النفسي، وكذلك تناول فيتامين (ب) لفترات طويلة.

وتعد الصبغة أفضل علاج للشيب ويمكن استخدامها الرجال والنساء ولكن يجب مراعاة بعض النصائح:

- التأكد أن الصبغة لا تسبب حساسية تلامسية عند استخدامها، ويمكن التأكد من ذلك عن طريق اختبارها أولاً على اليد، خاصة التي تحتوي على مادة (البارافينيل أندني أمين).

- عند حدوث حساسية، أو توقع حدوثها يستحسن إجراء اختبار الحساسية الجلدي للتأكد من نوعية المادة المسببة للحساسية، ومن ثم البحث عن صبغة أخرى، ويمكن للأصباغ النباتية أن تكون بديلاً جيداً، خاصة للنساء، مثل الحناء، حيث إنها لا تؤدي إلى حساسية الجلد.

- للصبغات تأثير سيئ على الشعر، ويزداد التأثير مع تكرار الاستخدام على فترات متقاربة، ويشمل التأثير تعريض الشعر للجفاف وإزالة البروتينات الطبيعية للشعر، مما يسبب تقصف الشعر، ولذا يستحب استخدام الشامبوهات الطبية والمرطبات المناسبة لنوع الشعر، وذلك لمنع حصول هذه الآثار لتخفيف أثر الصبغة على الشعر.

#### الشيب المبكر

يعد الشيب مبكراً عندما يبدأ في الظهور قبل سن الثلاثين لذوي البشرة البيضاء، وقبل سن الأربعين لذوي البشرة السمراء، ويبدأ ظهوره على جانبي الرأس، ثم يمتد إلى وسط الرأس، أما مؤخرة الرأس فهي مقاومة للشيب، وقلماً يظهر الشيب بها، أما شعر الجسم وتحت الإبطين فإن الشعر الأبيض نادر الحدوث، وهناك أسباب عديدة للشيب المبكر.

#### - العامل الوراثي:

يلعب العامل الوراثي دوراً كبيراً في ظهور الشيب المبكر، فإذا كان أحد أفراد العائلة أو الأقارب يعانون من الشيب المبكر، فإن احتمال تعرضك أنت أيضاً لذلك يزداد وليس معروفاً الآلية الوراثية لذلك.

#### - العامل النفسي:

هناك ارتباط واضح بين العوامل النفسية وظهور الشيب المبكر، خاصة الانفصالات الشديدة والمفاجئة مثل الخوف الشديد، أو الحزن، أو الإصابة بالهجوم ومصادفة ذلك **قوله تعالى: (كيف تتقون إن كثرتم يوماً يجعل الولدان شيباً)**، حيث وصف الله أهوال القيامة بأنها تجعل بظهور الشيب بالولدان.

#### - سوء التغذية ونقص الفيتامينات:

لسوء التغذية دور في حدوث الشيب المبكر، خاصة في وجود نقص شديد في بعض العناصر الغذائية المهمة في تكوين مادة الميلانين، ومن أهم هذه العناصر الحديد، النحاس، حمض الفوليك وفيتامين (ب) المركب بأنواعه، وعلى الرغم من عدم وجود إثباتات حاسمة على دور نقص الفيتامينات في ظهور الشيب، إلا أن هناك دراسات علمية أشارت إلى ارتباط الشيب بنقص فيتامين (ب) المركب، وقد أشارت بعض الدراسات إلى جدوى الجرعات الكبيرة من الفيتامين في تأخير الشيب.

#### - الأمراض العضوية:

إن إصابة الإنسان بالأمراض العضوية، خاصة أمراض الجهاز الهضمي وأمراض اختلال وظائف الغدة الدرقية، وغيرها إذا كانت متكررة، فلها دور كبير في الإسراع بظهور الشيب المبكر، كما أن الأمراض التي يصاحبها ارتفاع في درجة الحرارة ومظاهر الهزال والضعف البدني العام تساعد على حدوث الشيب المبكر، وفي أحيان قليلة قد يحدث الشيب نتيجة لالتهابات اللثة والأسنان، والالتهاب الدهني لفروة الرأس، وقد وجد الباحثون - مؤخراً - علاقة بين سرطان الجلد (الميلانوما) وبين الشيب المبكر رغم أن الدراسات العلمية في بدايتها تشير إلى ظهور الشعر الأبيض في سن مبكرة في فئات كثيرة، ربما دلالة على تغيير جوهري في جين (BC1Z) الذي يعد الجين الضروري للحفاظ على الميلانوسايت (الخلايا الصبغية) التي تساعد على اكتساب الشعر للون.

## التهابات اللثة

## والأسنان تسبب

## الشيب المبكر!

## لأمراض الجهاز

## الهضمي دور

## في ظهور الشعر

## الأبيض!

## أحرص على سلامة إفرازات الغدة الدرقية

## فيتامين (ب) المركب يؤخر علامات شيخوخة الشعر

\* استشاري الأمراض الجلدية والتناسلية - مستشفى الملك فهد التخصصي ببريدة



# عندما يمثل العرق مشكلة حقيقية

فغند حقن البوتوكس ينتج عنه توقف إفراز العرق لذلك يستخدم البوتوكس لعلاج فرط التعرق.

ويعتبر حلاً مثالياً وبديلاً مميّزاً للطرق التقليدية في علاج فرط التعرق وذلك لأن الطرق التقليدية كانت إما أنها غير فعالة أو لها العديد من الآثار الجانبية الخطيرة، أما البوتوكس فيكاد يخلو من الآثار الجانبية بالإضافة إلى أنه فعال تماماً.

## هل حقن البوتوكس آمن؟

نعم إن حقن البوتوكس آمن تماماً خاصة إذا تم علي يد طبيب متمرس ويتم الحقن بدون ألم تماماً ويحتاج فقط إلى تخدير موضعي عن طريق كريم أو التبريد أو تخدير العصب المغذي للأماكن المراد علاجها.

## هل يستغرق الحقن وقتاً طويلاً؟

لا ... فإن الحقن لا يستغرق أكثر من ٣٠ دقيقة ويمكنك بعدها العودة إلى نشاطك اليومي المعتاد بدون أي تأثير.

## هل يظمر تأثير البوتوكس وكم يستمر مفعوله؟

يبدأ تأثير البوتوكس في الإقلال من التعرق بعد ثلاثة أيام من الحقن ويصل إلى أعلى مستوى بعد أسبوعين ويستمر علي هذا المستوى لفترة تتراوح بين ٤ - ٦ أشهر ولوحظ امتداد المفعول إلى تسعة أشهر مع تكرار الحقن فيحتاج الشخص للحقن مرة أو مرتين في السنة ، ولا توجد أي مضاعفات أو محاذير علي تكرار الحقن بعدد غير محدود من المرات.

## من هو الشخص المناسب؟

أي شخص يعاني من فرط التعرق خاصة بالإبطيين أو الكفين أو القدمين أو الوجه يعتبر شخص مناسب، ولكن رغم أمانه التام إلا أنه لا يفضل استخدامه في الحالات الآتية:

السيدات أثناء الحمل والرضاعة، بعض الأمراض العصبية وجود حساسية للبوتوكس أو أحد مركباته

## ما هي الآثار الجانبية؟

تعتبر الآثار الجانبية لحقن البوتوكس قليلة جداً ومقصورة فقط علي مكان الحقن مثل الألم البسيط وبعض الكدمات أو الاحمرار البسيط أو بعض التورم وبعض الحالات القليلة قد تعاني من ضعف مؤقت في العضلات الصغيرة باليدين.

## كيف يتم حقن البوتوكس لمعالجة فرط التعرق؟

أولاً يتم عمل اختبار النشا واليود (Starch Iodine Test) قبل الحقن لتحديد أماكن الغدد العرقية الأكثر إفرازاً.

في حالات تعرق الإبطيين يكتفي غالباً بالدهان الموضعي المخدر أو الثلج ، أما في حالات تعرق اليدين والقدمين فغالبا ما تلجأ إلي حقن المخدر الموضعي ويمكن كذلك السيطرة علي الألم عن طريق تخدير العصب المغذي للأماكن المراد علاجها.

يتم تخفيف البوتوكس حسب المنطقة المراد حقنها.

يتم حقن كميات صغيرة من البوتوكس المخفف في مناطق متفرقة تغطي كل المنطقة المراد حقنها



## ما هو فرط التعرق؟

فرط التعرق يعني زيادة في إفراز كمية العرق من أماكن معينة مثل الإبطيين والكفين والوجه والقدمين ، وهي حالة مرضية يعاني منها الكثير وتكون نتيجة لزيادة نشاط الغدد العرقية في المناطق المذكورة سابقاً تحت تأثير الكثير من العوامل النفسية والاجتماعية والطبيعية مثل ارتفاع درجة الحرارة ، ويوجد لها الكثير من الانعكاسات النفسية السيئة علي الشخص لكثرة تعرضه للحرج بين الناس، بالإضافة إلى كثرة الأعباء المادية التي يتحملها نتيجة كثرة تغيير الملابس وغسلها واستهلاكها.

## ما هي الطرق التقليدية لعلاج فرط التعرق؟

يوجد العديد من الطرق التقليدية التي كانت ومازال البعض منها يستعمل حتي الآن ومن أهمها العلاج بالعقاقير والعلاج الطبيعي والجراحي.

## ١) العلاج بالعقاقير

تستخدم العقاقير الطبية منذ فترة طويلة سواء بشكل موضعي مثل مزيلات العرق ومشبطات العرق أو عن طريق الفم ولكنها تعمل فقط لفترة قصيرة ولها العديد من الآثار الجانبية مثل جفاف الفم



وذغلة بالعينين وغيرها .

## ٢) العلاج الطبيعي

يوجد ثلاثة طرق للعلاج الطبيعي وهي إما التحلل الكهربائي (Electrolysis) أو الأيونوني (Iontophoresis) أو العلاج بالأشعة السينية (Radiation therapy) وقد أصبح استخدامها محدود جداً هذه الأيام أولاً لتوفر البدائل الجيدة وثانياً لأن تأثيرها ضعيف ولها العديد من الآثار الجانبية أما التحلل الأيونوني (Iontophoresis) فهو عبارة عن جهاز يستخدم لعلاج فرط التعرق بإمرار تيار كهربائي متدرج في ماء مقطر في جهاز مصمم خصيصاً بأشكال مختلفة تتناسب مع شكل القدم والكف والإبط وتقل نسبة التعرق نتيجة زيادة سمك طبقة الكيراتين بقنوات الغدد العرقية فيتم غلقها لمدة تتراوح من ٦ - ٧ أسابيع بعد عمل مجموعة جلسات تستمر ١٤ ساعة علي مدار أسبوع أو أسبوعين بحيث تتراوح الجلسة ٣٠ - ٦٠ دقيقة ويمكن عمل جلستين في اليوم الواحد.

## ٣) العلاج الجراحي

يوجد العديد من الطرق الجراحية التي كانت تستخدم ومازال بعضها يستخدم حتى الآن مثل قلع العصب السمبثاوي الذي قد تحدث معه مضاعفات خطيرة بالإضافة إلى أن نسبة ارتجاع التعرق معه عالية وكذلك قطع جلد الإبطيين وغلقه إما جراحياً أو عن طريق الترقيع الجلدي مما ينتج عنه طول فترة التئام الجرح بالإضافة إلى احتمال تكون ندبه مقصرة تؤثر علي حركة الذراع.

## ما هي الطرق الحديثة لعلاج فرط التعرق؟

يوجد طريقة حديثة لعلاج فرط التعرق (حقن البوتوكس) وهي أفضل وأكثر الطرق انتشاراً في العالم أولاً لسهولة إجرائهم وثانياً للفاعلية العالية.

## ما هو البوتوكس؟

هو عبارة عن مادة بروتينية مخلفة تضاد عمل الاستيل كولين المسئول عن توصيل الإشارة العصبية من الأعصاب إلى الغدد العرقية لذلك



## عش حياتك بكل ثقة

إذا كنت تعاني من زيادة إفراز العرق تحت الإبطين أو في اليدين أو القدمين فإن العلاج بالботوكس هو الطريقة الفعالة والأمنة لعلاج التعرق الزائد.  
\* زيارة واحدة للطبيب بدون جراحة وتنتهي المشكلة.



للمزيد من المعلومات

يرجى الإتصال على شركة الليرجان:

الهاتف: 01-4624764

فاكس: 01-4653709

naggar.ahmed@sps.net.sa



## قد تكون علامة لمرض جلدي أو باطني



الحكة الجلدية إحساس يحرض الرغبة في حك أو هرس الجلد وهي قد تسبب الإحباط وعدم الراحة للمريض ويمكن أن تؤدي الحكة الجلدية الشديدة إلى عدم النوم والقلق والاكتئاب. أسبابها الرئيسية غير معروفة وهي على كل حال عملية معقدة كما أنها تشمل الأعصاب في الجلد بالاستجابة للكيماويات محددة مثل الهيستامين ثم تقوم بعد ذلك بتحليل هذه الإشارات في المخ يمكن أن تكون الحكة علامة أمراض جلدية محددة أحيانا تكون دليلا على مرض باطني وفي بعض الحالات المرضية الأخرى حيث لا يوجد أي دليل لمرض جلدي أو باطني قد تكون الحكة ناتجة عن تحليل خاطئ للإحساس بالحكة ضمن الجهاز العصبي.

### كيف تعالج الحكة الجلدية؟

في البداية يحاول طبيب الأمراض الجلدية تحديد سبب الحكة وهذا يتطلب فحص الجلد واحتمال إجراء فحص دم أو أخذ خزعة لفحص الأنسجة وإذا كانت الحكة ناتجة عن مرض جلدي مثل الشرى أو أكزيما فإن معالجة نفس المرض الجلدي ستؤدي إلى تخفيف الحكة أما إذا كانت الحكة بسبب مرض باطني فقد يحتاج المريض إلى تناول أدوية عن طريق الفم أو قد يتلقى في بعض الأحيان معالجة ضوئية بأشعة فوق بنفسجية لتخفيف الحكة وبما أن هناك العديد من الأسباب التي تؤدي إلى الحكة الجلدية فهناك شروط أساسية يمكن أن تنطبق على جميع المعالجات.

أولا: ينبغي تجنب الاستحمام بالماء الساخن استعمال مياة فاترة فقط ثم ارتداء ملابس خفيفة سوف يساعد على تخفيف حدة الحكة.

ثبت أن الصابون يسبب جفاف الجلد وينصح باستعمال الصابون في الأماكن التي تفرز روائح جلدية فقط وعند الاستحمام يجب التأكد من شطف طبقة الصابون ثم وضع مستحضرات لترطيب الجلد مثل كريم أو لوشن وفي حالات الحكة التي تصحبها بثور فيمكن اللجوء إلى استخدام كريمات الكورتيزون الموضعية بتركيز تناسب المنطقة المراد علاجها لتفادي المضاعفات الجانبية ومراجعة طبيب الأمراض الجلدية في حالة عدم الاستجابة للكريمات السابقة لعمل الفحص والتحليل المخبرية للكشف عن أسباب الحكة.

### من الذي يصاب بالحكة؟

هناك العديد من الأمراض الجلدية التي قد ترتبط الحكة المصاحبة لها بطفح جلدي يكون الدليل البين عليها مثل الشرى جدي الماء والأكزيما تتميز بعض الحالات الجلدية بوجود أعراض الحكة الجلدية بدون أي طفح جلدي واضح. الجلد الجاف شائع جدا لدى كبار السن ويمكن أن يسبب حكة (خاصة في فصل الشتاء) مع عدم ظهور طفح جلدي وعادة ما تكون الحكة الجلدية ناتجة عن جلد جاف رقيق ولكنها قد تكون دليل حالة مرض باطني بعض الانتان الطفيلي بالجلد مثل الجرب والقمل قد يسبب حكة شديدة ويستطيع طبيب الأمراض الجلدية تشخيص هذه الحالات بفحص الجلد وعندما تسبب الشامات المختلفة في حكة شديدة ويستطيع طبيب الأمراض الجلدية تشخيص هذه الحالات بفحص الجلد لاستبعاد أي تغيير غير حميد في الشامات وفي بعض الأحيان قد يضطر الطبيب لكشط أو أخذ خزعة من الجلد للمساعدة في التوصل للتشخيص الصحيح.

هناك العديد من الأمراض الباطنة التي تسبب الحكة الجلدية وأكثرها انتشارا هو الفشل الكلوي وتشمل الأنواع الأخرى من هذه الأمراض بعض أمراض الكبد مثل التهاب الكبد نوع (ج) مرض الغدة الدرقية مثل فرط ونقص مستويات هرمون الغدة الدرقية كما أن بعض اضطرابات الدم مثل فقر الدم (أنيميا) فرط كريات الدم الحمراء والورم النخاعي المتعدد يمكن أن تسبب حكة جلدية قد تصاحب الأمراض اللفافوية حكة جلدية إضافة إلى أن الحالات المتعلقة بالأعصاب مثل انضغاط العصب والسكتات قد تؤدي أيضا إلى حكة.

**تجنب الاستحمام بالماء الساخن وارتداء ملابس خفيفة**



# الطب المبني على البراهين: رعاية أم ضرورة؟

د. لبنى بنت عبدالرحمن الأنصاري \*

يندهش كثير من الأطباء، فضلاً عن غيرهم، حينما يثار الحديث حول ضرورة أن تأتي الممارسة الطبية مدعومة بأفضل الأدلة البحثية المتوافرة، ويتساءلون: «أليس هذا أمراً بديهياً؟ أليس هو الواقع؟ ألا يقوم الأطباء والعاملون في القطاع الصحي بالرجوع إلى أفضل الأدلة المتوافرة عند اتخاذهم لقرارات تتعلق بالمرضى أو بالنظام الصحي؟ ألا تركز توصيات الكتب والمقالات المرجعية الحديثة في أحدث الأدلة البحثية المتوافرة وأفضلها؟».

وعلى الرغم من أن هذه الأسئلة تحمل في طياتها الإجابات التي كانت متوقعة، ولكن «الواقع» للأسف الشديد يشير إلى غير ذلك، حيث تتراوح نسبة القرارات السريرية المدعومة بأدلة من المرتبة الأولى من الممارسة العامة (الرعاية الأولية) بين 83-12% وفي التخصصات الأخرى (الرعاية الثانية والثالثة) بين 35-41%. أما نسبة القرارات السريرية المدعومة بأدلة من المرتبة الأولى أو الثانية فهي تتراوح بين 18-24% في الممارسة العامة وبين 54-79% بالنسبة للتخصصات الأخرى.

أضف إلى ذلك أن هناك أمثلة عديدة تدل على أن الكثير من التدخلات العلاجية التي سيقوم بها الأطباء لأنها «بديهية» أو «منطقية» قد لا تكون بالضرورة مفيدة للمرضى. ومن المثير للدهشة أنه في كثير من الأحيان كانت هناك دراسات منشورة ذات جودة عالية (تجارب معاشة مضبوطة بالشواهد) تؤكد أن هذا الشيء المنطقي غير فعال وربما ضار بالمرضى ولكن لم يؤثر ذلك في سلوك الأطباء لأسباب مختلفة. وفيما يلي نسوق بعض الأمثلة على ذلك.

كان الأطباء في الغرب دائماً يوصون بأن يوضع الرضع على بطونهم حين النوم وذلك تخوفاً من الارتجاع أو الاختناق مما يؤدي إلى وفاة الرضع بشكل فجائي. وفي ثمانينات القرن العشرين تسأل بعض الأطباء عما إذا كان هناك دليل يدعم هذه الممارسة، واتضح أن نسبة الوفيات نتيجة للإصابة بمتلازمة الوفاة المفاجئة للرضع كانت أقل بكثير لدى الأطفال الذين يرقدون على ظهورهم مما أدى إلى إنشاء البرنامج الوطني «النوم على الظهر» وتعليمه في الولايات المتحدة الأمريكية. ولو طرح هذا السؤال قبل ذلك بعشرين سنة، ربما أمكن إنقاذ عشرات الآلاف من الأرواح.

كما كان الأسلوب التقليدي لدى أطباء الأسرة وأطباء العيون في علاج سحج القرنية البسيط (car-abrasion) هو تغطية العين ووضع قطرات تحوي موسماً للحدقة ومضاداً حيوياً. ولكن لم يسأل أحد أبداً عما إذا كان ذلك مفيداً، فقد كان ذلك هو الشيء المنطقي. واتضح أن هناك على الأقل خمس تجارب معاشة (عشوائية) مضبوطة بالشواهد حول تغطية العين أو عدم تغطيتها، وجميعها خرجت بنفس الإجابة: ليس لتغطية العين أي فائدة، بل ربما تقلل من سرعة الالتئام وتزيد من عدم شعور المرضى بالراحة.

وفي نهاية ثمانينيات القرن العشرين، لاقى عقار اينكانيد (encanide) وفليكانيد (flecainide) رواجاً كبيراً باعتبارهما الأدوية المنظمة لدقات القلب ويرجع ذلك إلى قدرتهما على السيطرة على عدم الانتظام البطيني (ventricular arrhythmia). ولكن أظهرت تجربة معاشة كبيرة ومضبوطة بالشواهد (casecontrol study) أن نسبة الوفيات كانت أعلى بكثير بين من تلقوا أحد هذين العلاجين مقارنة بالشواهد (من لم يتلقوا العلاج).

وهذا يوضح مشكلة الاعتماد على نتائج «وسطية» أو نتائج تتعلق بالداء فقط مثل تنظيم دقات القلب، وليس بالأحرى النظر إلى مقاييس أكثر أهمية للفرد والمجتمع مثل نسبة الوفيات، والمراضة، وجودة الحياة.

\* أستاذ مشارك بقسم طب العائلة والمجتمع

كلية الطب - جامعة الملك سعود





### تضخم الثدي

• أنا شاب أعاني من تضخم الثدي وأصبح مظهري غير لائق ولا أستطيع ممارسة الرياضة أمام الناس حيث يبلغ وزني ١٢٠ كيلو هل عملية شفط الدهون مناسبة لي وشكراً؟

- يحدث تضخم الثدي عند حوالي ٤٠٪ من الرجال نتيجة السمنة بسبب تراكم الدهون أو استخدام بعض الأدوية ولعلاج ذلك ينصح المصابين بذلك بسبب السمنة بممارسة التمارين الرياضية وأتباع حمية غذائية لتخفيف الوزن كذلك يمكن إجراء عملية جراحية لازالة الدهون والغدد المتضخمة وذلك بواسطة شفط الدهون وهي عملية تستغرق حوالي الساعتين ويمكن إجراها تحت تخدير موضعي وذلك على حسب حجم التضخم وتعطي هذه العملية نتائج دائمة بشرط المحافظة على الوزن.



### حب الشباب

• عمري ٢١ سنة وأعاني بشدة من وجود حبوب الشباب بكثافة في وجهي ولقد استخدمت العديد من الكريمات، والصابون والمراهم ولكن دون جدوى أرجو منكم التكرم بوصف علاج مناسب وسريع المفعول؟

- يعد حب الشباب من أكثر الأمراض الجلدية انتشاراً ويظهر عادة في الوجه والعنق والصدر والظهر والكتفين ويكثر عادة في المراهقين وهناك العديد من الأدوية المستخدمة لعلاج حب الشباب التي تعتمد على شدة الإصابة فإذا كانت الإصابة تتكون من زيوان وبثور حمراء

منتشرة في الوجه والعنق والصدر فيمكن اللجوء إلى كريمات موضعية مثل كريم فيتامين (A) وكريمات مضادات حيوية موضعية كالاثيروميسين والكلندا ميسين وكذلك كريم البنزيل بيروكسيد ولفترة طويلة.

أحيانا نلجأ إلى استخدام مضادات حيوية عن طريق الفم لفترة قد تصل أكثر من ٦ أشهر. وفي بعض الحالات التي لا تستجيب للعلاج السابق أو كان المريض يعاني من حب شباب من النوع التكيسي فينصح باستخدام دواء الرواكتان لمدة قد تصل إلى ٦ أشهر اعتمادا على وزن المريض وهو ذو فاعلية عالية ومن الأدوية الآمنة نسبياً إذا اتخذت الاحتياطات اللازمة وينصح المريض بعدم العبث بالبثور والمبادرة في العلاج مبكراً لتفادي تكون ندبات وتصبغات على البشرة والاستمرارية في العلاج ومراجعة الطبيب عند حدوث أي مضاعفات من العلاج.



### الاستشارات

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

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

### جفاف الجلد

• أشكو من جفاف حاد في الجلد وخاصة في الشتاء، كيف يمكن التخلص من ذلك؟

- جفاف الجلد يمكن حدوثه عند أي شخص ولكنه يكثر عند الأشخاص الذين يعانون من حساسية في الجلد أو الأشخاص الذين يكثر من الاستحمام واستخدام المنظفات التي تؤدي إلى إزالة الطبقة الدهنية من الجلد وبالتالي إلى جفاف البشرة، كذلك يكثر حدوثه عند الأشخاص المصابين بنقص في الغدة الدرقية أو المصابين بفقر الدم ومرضى السكري ويمكن حدوثه بعد تناول بعض الأدوية مثل الأدوية المخفضة للدهون وكل ذلك يمكن معرفتها بعد مراجعة طبيب الجلدية والكشف على البشرة. ويمكن التخفيف من الجفاف بالتعرف على المسبب ومن ثم معالجته وكذلك ينصح بالاقبال من الاستحمام للأشخاص المصابين بالجفاف واستخدام المرطبات والمراهم بعد الاستحمام وعدة مرات في اليوم.







### الحزام الناري

• أصبت بالحزام الناري قبل أشهر في منطقة الظهر وبعد أسابيع من اختفاء البثور استمرت الآلام في نفس المنطقة استخدمت العديد من المسكنات ولكن فالتدتها محدودة هل هناك علاج فعال لذلك؟

- الحزام الناري هو اسم طبي يسببه الفيروس المسبب للمنقز عند عودة نشاط الفيروس. ويعاني المريض من بثور صغيرة وإحساس غريب في منطقة معينة من الجلد تتبع لعصب احساسي معين والطفح عادة يستمر لعدة أيام ثم يبدأ الالتئام وأهم المشاكل التي يشتكي منها المرضى هو الألم الشديد الذي يتناسب عادة مع عمر المريض حيث يكون أكثر شدة من الأشخاص الأكبر سناً وهذه الآلام قد تستمر لمدة تزيد على ٤ أسابيع ويسمى ألم الأعصاب بعد الهريس وتعد من أهم المضاعفات بعد الحزام الناري.

أما بالنسبة لعلاج لمنع الألم العصبي فهنصح باستخدام مضادات الفيروسات خلال ٧٢ ساعة من ظهور الطفح وهو يقلل فرص حدوث الألم العصبي. كذلك تستعمل مسكنات للألم منها الموضعية أو عند طريق الفم وهناك عدة أنواع يختار الصنف المناسب منها لحالة المريض. والدراسات أثبتت فاعلية حقن البوتكس التي تحقن في المنطقة المصابة فتساعد على التخفيف من الآلام. وفي بعض الأحيان يمكن اللجوء إلى حقن الأعصاب للمناطق المصابة ويتم ذلك بالاستعانة باستشاري الخدير لذلك.

### تساقط الشعر

- زوجتي تعاني من تساقط الشعر وقد عملت فحوصات في المستشفى وصرف لها بخاخ للتساقط وفيتامين للشعر وتحسنت تحسناً طفيفاً علماً أنها تعاني من كسل في الغدة الدرقية. هل يوجد علاج للتساقط، وهل يوجد علاج لغزارة الشعر حيث شعرها قليل؟

لتساقط الشعر اسباب عديدة ويمكن تقسيمها الى عدة اقسام منها العوامل الداخلية وذلك بنقص الحديد ومخزونه في الجسم واضطراب في الغدة الدرقية او زيادة في الهرمونات وعوامل اخرى كأصابة المريض بمرض مزمن او ان يتناول ادوية تؤدي الى تساقط الشعر، او ضغوط نفسية شديدة او يعمل حمية غذائية لتخفيف الوزن غير مدروسة او تحت اشراف اخصائي تغذية.

فحسب سؤالك فكسل الغدة الدرقية يؤدي الى تساقط الشعر، فأنصح بمراجعة استشاري غدد لصرف العلاج المناسب للغدة وكذلك استخدام بخاخ المينوكسيل ٢- فيؤدي بإذن الله الى تحسن في الشعر ونموه.



### وحمية دموية

\* لدي طفلة عمرها ٤ شهور وعندها وحمات حمراء في الكتف والراس كيف يمكن علاجها وشكراً لكم؟

تظهر الوحمات 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 للألم أثناء الحمل وهذه الوحمات 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 الوحمات 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 كالتي 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، أو علاجها بعقار الكورتيكوستيروئيد عن طريق الفم.







## دواء الرواكتان

**دكتور، أعاني من حبوب الشباب منذ مدة، راجعت أحد المستشفيات وصرف لي حبوب تسمى الرواكتان سؤالي هل الرواكتان له مضاعفات على الجسم؟**

- دواء الرواكتان يعتبر الدواء الوحيد الذي يمكن أن يشفي حب الشباب نهائياً، أو على أقل تقدير يقلل من شدته. ودواء الرواكتان مشتق من فيتامين (أ) وينصح المريض بتناوله لمدة قد تصل إلى (٥) أشهر وذلك على حسب وزن المريض. وهو ذو فاعلية على حب الشباب المتكسر، وغير المستجيب للعلاجات الأخرى، ويعتبر العلاج آمناً نسبياً إذا اتخذت الاحتياطات اللازمة. فهناك العديد من الآثار الجانبية ومنها: جفاف الجلد وينصح المريض باستعمال المرطبات: - جفاف الأنف والعيون. - جفاف هذه المضاعفات تزول مباشرة بعد إيقاف الدواء.

كذلك يحدث عند بعض المرضى زيادة الدهون في الدم ويتم متابعة ذلك بعمل تحليل شهرياً كذلك يعمل على رفع أنزيمات الكبد وهو نادر الحدوث وتلجأ عادة إلى فحص وظائف الكبد قبل البدء بالعلاج وتكراره شهرياً.

كذلك الآلام في العضلات والمفاصل وتحدث عند ٥% من المرضى ويكثر حدوثه عند الرياضيين من المرضى وينصح المريض بتناول البندول للتخفيف، كذلك بسبب نسبة قليلة جداً تساقط في الشعر ويعود نموه عند التوقف عن الدواء.

كذلك ينصح المرأة المتزوجة بعدم الحمل خلال فترة العلاج ومدة شهر من آخر جرعة. حيث يسبب هذا الدواء تشوهاً في الأجنة بنسبة تقارب ٢٠%. كذلك يوصى بعدم التبرع بالدم فترة استعمال الدواء. ويؤخذ الدواء عن طريق الفم بشكل كبسولات ويجب عدم أخذ الدواء إلا تحت إشراف، وليس له أي أثر على مقدرة المريض على الإنجاب، وليس هناك مانع من تكرار الدواء إذا دعت الحاجة بشرط أن يكون تحت إشراف طبي.

## الصدفية

**أنا شاب مصاب بمرض الصدفية منذ عشرين عاماً تقريباً وفصيلة الدم +٥ ولم أجد علاجاً حتى الآن له حيث انني استخدمت العلاج بالضوء فوق البنفسجي PUVA, UVB مرة في اليوم لمدة ستة شهور واستخدمت مرهم dermovate لمدة خمس عشرة سنة تقريباً، واستخدمت diprosalic لمدة عشر سنوات تقريباً، واستخدمت جميع العلاجات تقريباً غير الذي ذكره، مما سبب عندي نوعاً من الانحباط النفسي، فأرجو من الله ثم منك التكرم علي بوصفة للعلاج؟**

- مرض الصدفية من الأمراض الشائعة حيث تبلغ نسبة الإصابة بها حوالي ٢% والإصابة تحدث بسبب زيادة في انقسام الخلايا الجلدية وتظهر على شكل طبقات وقشور متلاصقة وتظهر في فروة الرأس والجلد والأظفار والمفاصل وتعتبر الصدفية من الأمراض المزمنة التي يمكن التحكم فيها، لكن لا يمكن شفاؤها في معظم الحالات.

ويعتمد علاج الصدفية على مدى انتشار المرض وحسب سؤال الأخ الكريم أنه استخدم الكريمات الموضعية، وأشعة البوفا، فيصح في هذه الحالة استخدام أدوية عن



## استشارات

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

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



### فطريات القدم

« أنا مصاب بالسكري ويوجد بين أصابع القدم حكة وتشققات لونها بيضاء، هل هناك حل لذلك؟ »

- فطريات القدم عبارة عن مرض جلدي شائع خاصة عند الرياضيين والمصابين بمرض السكري، والذكور أكثر عرضة من الإناث، وينشأ بسبب فطريات تفضل النمو في بيئة رطبة كالمنطقة بين الأصابع في حالة عدم تجفيف القدمين، وتظهر بأشكال مختلفة كشقوق وقشور واحمرار مصحوباً بحكة. وقبل العلاج هناك طرق وقاية ومنها: تجفيف القدمين وخاصة منطقة ما بين الأصابع وتجنب لبس الأحذية الضيقة، واستعمال جوارب قطنية واستخدام بودرة مضادة للفطر داخل الحذاء خلال فصل الصيف. أما العلاج فيمكن وصف كريمات مضادة للفطر في الحالات البسيطة، أما في الحالات الشديدة فينصح بتناول أقراص مضادة للفطر لعدة أسابيع واتباع طرق الوقاية المذكورة لمنع الانتكاسة.



### النمش

أعاني من النمش في منطقة الوجه مع أنني جريت أكثر من علاج، ولكن لا توجد فائدة، فما هي نصيحتك وشكراً؟

- النمش عبارة عن بقع بنية أو سوداء صغيرة ذات أشكال مختلفة، وتظهر عادة في مرحلة الطفولة وتزداد في العدد مع التقدم بالعمر، وتظهر في جميع أنحاء الجسم ويكثر في الوجه والعنق وظاهر اليدين بسبب التعرض للشمس والتقدم بالعمر، وعادة النمش الذي يظهر في سن مبكرة يختفي، أما الذي يظهر متأخراً يصبح مزمناً. أما بالنسبة للعلاج فينصح المصاب بالاستخدام المستمر لواقيات الشمس واللجوء إلى التقشير الكيميائي المتوسط بعد تحضير المريض بكريمات التقشير والتبييض لمدة لا تقل عن أسبوعين. ذلك أثبت ليزر التصبغات الجلدية فعالية جيدة لعلاج النمش، وأثبتت الدراسة أن إمكانية ظهور النمش مرة أخرى تكون عالية إذا لم يستخدم المصاب الواقي الشمسي بعد جلسات الليزر.



في فترات زمنية محددة وتعتمد الفترة الزمنية بين الجرعات وفقاً للعلاج الذي يأخذه المريض، فهناك بعض العقاقير تعطى عادة مرة أسبوعياً وأخرى تعطى ٣ مرات في فترة ٦ أسابيع. وهذه العقاقير تعطي نجاحاً في قدرتها على تخفيف أعراض المرض لفترات زمنية طويلة عند العديد من المرضى.

المتحدة فاعلية عقاقير يطلق عليها (Biologic response modifier) مع أجزاء محددة في جهاز المناعة للجسم لمعالجة أو منع تكون اختلافات التهابية مناعية ومن هذه العقاقير:

Alefacept -

Efalizumab -

Infliximab -

Etanercept -

وتعطى هذه العقاقير عن طريق الحقن

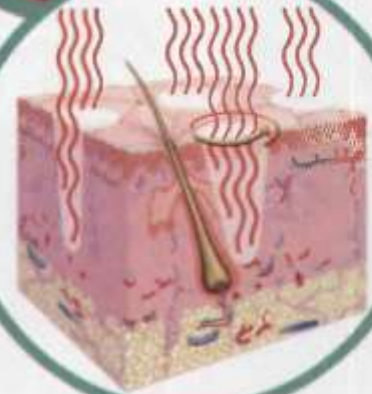
طريق الفم ويقوم الطبيب المعالج باختيار الدواء المناسب للمريض ومن هذه الأدوية الميثوتركسيت (Methotrexate) ودواء السيكلوسبورين (Cyclosporin) ودواء النيوتجسون (Neotigason).

ويجب على المصاب معرفة جرعات هذه الأدوية الالتزام بها ومعرفة المضاعفات الجانبية ومراجعة الطبيب باستمرار. وفي السنوات الخمس الأخيرة أظهرت الأبحاث العلمية التي أجريت في الولايات



## 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 بمناطق 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 تفتيح بشروي يؤدي إلى استئصال سريع للتصبغات الغير مرغوب بها، والأذيات الجلدية الناتجة عن التعرض للشمس، وشوائب البشرة. بالإضافة إلى إعادة تشكيل الكولاجين على المدى الطويل، ومما يُميّز تقنية فراكسل أن هذه المناطق المتأذية المجهرية تقوم بما سبق مع الإبقاء على البشرة المتقرنة الحافظة سائلة، مما يُحدّ من إمكانية حدوث الإنتان. وبذلك فإن تقنية ليزر فراكسل تمكن ولأول مرة من تقديم المزايا الإيجابية للليزرات المجتذبة (Ablative) ولكن بدون مخاطرها وحاجتها لفترات النقاهة الطويلة.

الوكيل الحصري

إمداد : imdad

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 (اليد)



بعد



قبل

جهاز ليزر واحد للمعالجات التالية:

(موافق عليها من قبل 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 الوحيد الذي يمكن تطبيقه على مناطق غير الوجه كالعنق والصدر واليدين.
- فراكسل الذي يمكن استعماله على مختلف أنواع 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 قبل 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: ٩٢٢٥ ٤٦٤  
anas.khiami@imdad.com.sa



تفاحة الأنف

## فقر الدم إحدى علاماته

بعد نقص الحديد أكثر المسببات الشائعة لمرض فقر الدم (الانيميا) حول العالم، وتعني بفقر الدم نقص كريات الدم الحمراء وهذا يحدث إما بسبب قلة إنتاجها أو زيادة نقصانها. يتضمن إنتاج كريات الدم الحمراء ثلاثة عناصر مهمة: الحديد، فيتامين B12 وحامض الفوليك، لذلك فإن انيميا نقص الحديد هي انيميا سببها قلة وجود عنصر الحديد المنتج لخلايا الدم الحمراء.





تعتمد علامات واعراض نقص الحديد فيما اذا كان المريض مصاباً بالانيميا ام لا .  
وتكون اول الاعراض ظهوراً في الاحساس بضمول وتعب، وضيق نفس وخفقان سريع للقلب، وعند  
الفحص السريري يمكن ان تكون بعض العوارض واضحة مثل تغيرات في الشعر والجلد والاذفار  
والغشاء المخاطي ويمكن ان يظهر هذا قبل ان يصنف المريض سريريا مصاباً بالانيميا:

- قد يصاب بعض المرضى بالحكة .  
- تصبح الاذفار هشة وضعيفة ويظهر عليها حزوز علوية «تشققات» كما يصبح سطح الاظفر  
شبهاً بشكل الملعقة وهذا يسمى «تفلمح الاظفار»  
- كذلك يصاب المرضى بالتهاب زوايا الفم وهي حالة مرضية تظهر فيها تشققات مؤلمة على  
جانبي الفم.

- يصبح اللسان متورماً واملساً ويشتهي المصاب بحرقة في اللسان .  
- كذلك يعاني المصاب من جفاف بالفم والحلق جاعلاً البلع صعباً .  
- يصبح الشعر جافاً، هشاً وباهتاً كما يتسبب في تساقطه .  
- كذلك يكون الجلد شاحباً بشكل غير اعتيادي .  
- ويمكن ان يزيد فقر الدم التعرض للعدوى المبطرية والبكتيرية كظهور دمامل وفطريات على  
الجلد .

## من مسبباته سوء التغذية وزيادة الطمث

### أبرز أعراضه الضمحل والتعب وضيق النفس

#### مسببات فقر الدم:

هناك مسببات عدة

#### لفقر الدم وهي:

- فقر الدم عند
- الأطفال عادة يعود لتناول أغذية ضعيفة بالحديد .
- أما فقر الدم عند النساء فإنه يعود لعوامل عدة:
- \* خلال الحمل تكون الحاجة للحديد أكثر في بعض الاحيان من الكمية الموجودة في طعام  
الحامل .
- \* دورات طمث قوية مسببة خسارة دم أكثر مما يستطيع ان يعوضه الجسم .
- \* التدخين وتناول اطعمة فقيرة بالحديد شائع عند النباتيين حيث ان المصدر الرئيسي للحديد  
هو اللحم الأحمر .
- \* كذلك الامراض المعدية والمعدية والتي تقلل من امتصاص الامعاء لعنصر الحديد لمرض  
crohn's disease ومرض coeliac .
- \* وايضا تناول عقاقير تسبب حدوث نزف معوي مثل الاسبرين ومشتقاته .

#### العلاج:

حالما يظهر مرض نقص الحديد فإنه يجب البحث عن السبب وعلاجه مثلاً علاج نزف المعوي  
او خسارة الدم بسبب الطمث إضافة إلى ان معظم المصابين سيحتاجون إلى أخذ عناصر حديد  
بدلية لتصحيح الانيميا وتزويد مخازن الحديد بالجسم وتأتي هذه العناصر البديلة على هيئة  
أقراص او سائل يؤخذ عن طريق الفم او الحقن لكن الأقراص هي الأكثر الأنواع استخداماً، أما  
الحقن العضلية او الوريدية فهي تستخدم فقط عند المرضى الذين لا يستطيعون تحمل أخذ  
عنصر الحديد بإشكاله عن طريق الفم او عندما تتجاوز خسارة الحديد الكمية اليومية التي  
يمكن امتصاصها عن طريق الفم .

لكن حتى عندما تعود مستويات الهيموغلوبين ضمن مستوياته الطبيعية عند المصابين بالانيميا  
فلا بد من الاستمرار في أخذ بدائل الحديد لفترة ثلاثة أشهر بهدف تزويد مخازن الحديد  
بالجسم والهدف هو ايصال مستوى مخزون الحديد Ferritinin أكثر من 500g/ml .  
قد تكون المواظبة بأخذ بدائل الحديد عملية صعبة عند بعض المرضى حيث ان تركيبات الحديد  
البديلة لها آثار جانبية كثيرة الحدوث منها كالتقيان، امساك، اسهال وبراز اسود، لكن تناول  
بدائل الحديد بعد وجبات الطعام قد يساعد في التقليل من هذه الآثار الجانبية .  
أما أخذ بدائل الحديد مع تناول فيتامين (C) حمض الاسكوربيك، فإنه قد يساعد على زيادة  
امتصاصه والاسراع في تعبئة مخازن الحديد في الجسم، ولكن الزيادة في أخذ الحديد أكثر من  
الحاجة قد يكون ساماً، لذا يجب تناول بدائل الحديد تحت اشراف طبي .



الثآليل هي نموات جلدية غير سرطانية تسببها عدوى فيروسية في الطبقة العليا من الجلد وتسمى هذه الفيروسات المسببة بالثآليل فيروس الورم الظهاري البشري (HPV). عادة تكون الثآليل بنفس لون الجلد وتكون ملمسها خشنا لكنها أيضاً قد تكون أعمق لوناً أو مسطحة أو ناعمة الملمس ويعتمد هذا التنوع على المكان الذي تنمو فيه

## تألول الإصبع

ينتج من عدوى فيروسية خفيفة الملمس





## ثآليل الأطفال تختفي خلال عام من دون علاج

### الليزر علاج فعال للتآليل

والتآليل عادة يكون هذا العلاج غير  
مرح وكما قد يحتاج لأسابيع عدة  
للحصول على النتيجة المرضية لكن في  
حال التهاب الثآليل أثناء العلاج فإنه  
يجب إيقافه ولو مؤقتاً أما بالنسبة  
للبالغين والأطفال الأكبر سناً فإنه  
عادة ما يفضل استخدام المعالجة  
بالتبريد (التجميد) وهذه الطريقة  
هي غير مؤلمة جداً وبأدرا ما تسبب  
في ترك ندبات لكن عادة ما يتطلب  
إلى تكرار العلاج فترة فاصلة تقدر  
بـ 1-3 أسابيع، أيضاً الجراحة بالليزر  
والتي قد تستخدم لعلاج الثآليل العنيدة التي لم تستجب لأي نوع من  
وسائل العلاج الأخرى.

الثآليل القدمية: وهي صعبة العلاج لأن الثآليل يكون تحت الجلد  
ويتضمن العلاج هنا استخدام لاصقات حمض السيلاسيليك ووضع  
مواد كيميائية أخرى على الثآليل أو استخدام أحد العلاجات  
الجراحية مثل الجراحة بالليزر أو الجراحة العادية، كما وقد ينصح  
الطبيب بانتعال أحذية أخرى لتخفيف الضغط على الثآليل وبإبقاء  
القدم جافة حيث إن الرطوبة تسمح للثآليل بالانتشار.

الثآليل المسطحة: وعادة تكون بأعداد كبيرة لأنها تعالج بالطرق  
المذكورة سابقاً لذلك عادة ما ينصح بطريقة التقشير باستخدام  
مواد تستخدم يومياً كحمض السيلاسيليك ويتطلب الأمر زيارة  
عيادة الطبيب بشكل دوري لإجراء العلاجات الجراحية والتي تكون  
ضرورية أحياناً.

#### علاجات الثآليل الأخرى:

هناك أنواع من الليزر المستخدم لعلاج الثآليل حيث يدمر العلاج  
بالليزر بعض أنواع الثآليل هناك طريقة أخرى وهي حقن كل ثآليل  
بمقار يسمى Bleomycin وقد يكون حقنه مؤلماً كما قد يكون له  
آثار جانبية أخرى.

#### المعالجة المانعة: Immunotherapy

والتي تحفز الجسم لاستخدام جهاز الرفض عنده وهناك العديد من  
أنواع المعالجة هذه والتي يتم استخدامها في إحدى الطرق هي جعل  
المريض متحسناً لمادة كيميائية معينة والتي تدهن على الثآليل ثم  
يكون الجسم رد فعل تحسسياً بسيطاً حول الثآليل المعالج وقد يؤدي  
هذا إلى زوال الثآليل تماماً.

#### ماذا عن الثآليل المتكررة الحدوث:

بعض الأحيان يبدو كما لو أن الثآليل الجديدة تظهر بسرعة بعد زوال  
الثآليل القديم وقد يحدث هذه لأن الثآليل القديم قد طرح الفيروس  
في منطقة الجلد المحيطة قبل أن يعالج وفي الواقع ما يحدث هو أن  
الثآليل الصغيرة الجديدة تنمو حول الثآليل الأم ولذا فإن أفضل  
طريقة لمنع حدوث هذا هو علاج الثآليل الجديد بسرعة قدر  
الإمكان مجرد ظهوره ولذا يكون أمامه وقت قصير لطرح الفيروس  
في الجلد المحيط ويساعد فحص طبيبك الجلدي على طمأننتك بأن  
الثآليل المعالج اختفى تماماً.

## أنواع الثآليل

هناك أنواع عدة منها: الثآليل العادية - الثآليل (الخمص) قدمية  
- الثآليل المسطحة.

الثآليل العادية: عادة تنمو على الأصابع وحول الأظفار وعلى اليدين  
وهي توجد على الأكثر في المناطق التي تشقق فيها الجلد، على سبيل  
المثال: عندما تكون الأظفار قد قُضمت أو نثقت الأجزاء الجلدية  
الميتة حولها (ما يدعى بالساف). عادة ما يدعى هذا النوع من الثآليل  
ثآليل (البذرة) لأن الأوعية الدموية للثآليل تكون بقعا داكنة تشبه  
البذور.

الثآليل القدمية: وتكون عادة في أخمص القدم وتسمى بالثآليل  
الاحمصية وفيما إذا تكونت هذه الثآليل بمجموعات فإنها تسمى  
ثآليل الفسيقساء. معظم الثآليل الاحمصية لا تكون ملتصقة على  
سطح الجلد مثل الثآليل العادية بأنها قد تكون بقعا داكنة وهي تسبب  
الألم وقد تشعر المصاب بها بأنها كالحجر عند وجوده في الحذاء.

الثآليل المسطحة: وتكون أصغر وأنعم من غيرها من الثآليل وتميل  
لتنمو بأعداد كبيرة 20-100 ثآليل في المرة الواحدة وقد تحدث في  
أي مكان لكنها أكثر شيوعاً عند الأطفال في الوجه أما عند البالغين  
فإنها عادة توجد في منطقة اللحية عند الرجال أو الرجلين عند  
النساء وعلى الأغلب يساعد التهيج الذي تسببه الحلاقة في ظهور  
هذه الثآليل.

## الإصابة بها

تنقل الإصابة بها من الشخص لآخر بعض الأحيان بطريقة غير  
مباشرة والفترة الزمنية التي تظهر فيها الثآليل تكون طويلة لدرجة  
أنها قد تكون عدة أشهر في العادة من حدوث وقت التلامس مع  
المسبب لكن خطر التلامس مع أيدي أو أقدام أو الثآليل المسطحة  
لأي شخص آخر مصاب بها هو أمر ضئيل الحدوث

## لهذا يصاب بعض الناس بالثآليل منها غيرهم لا يصاب:

يصاب بعض الناس بالثآليل اعتماداً على المرات التي يتعرضون بها  
إلى الفيروس كما ويصاب المرء بها بسهولة أكبر إذا كان جلده تالفاً  
بطريقة ما وهذا يقصر كثرة احتمالية إصابة الأطفال الذين يقضون  
أظفارهم أو ينتفون النتوءات الجلدية الميتة حولها إضافة إلى أن  
بعض الأشخاص هم فحسب أكثر التقاطاً لفيروس الثآليل من غيره  
من الفيروسات عاماً كما أن بعض الأشخاص أكثر التقاطاً لفيروس  
البرد، كذلك فإن المرضى ذوي جهاز المناعة الضعيف هم أيضاً  
ميالون إلى التقاط فيروس الثآليل.

## هل يجب علاج الثآليل؟

عند الأطفال قد تختفي الثآليل دون أي علاج في فترة أشهر إلى سنة  
لكن بالنسبة للثآليل المزعجة أو المؤلمة أو التي تزداد تعدادها بسرعة  
فإنها يجب أن تعالج أما الثآليل عند البالغين عادة تختفي بسهولة أو  
بسرعة اختفائها عند الأطفال.

## كيفية علاج الثآليل:

هناك عدة أنواع من العلاجات اعتماداً على عمر المريض ونوع  
الثآليل.

الثآليل العادية: يمكن علاجها عند الأطفال بالمنزل حيث ينصح  
بوضع حمض السيلاسيليك أما سائلاً أو هلامياً أو لاصقاً على



وتجدر الإشارة إلى أن جميع منتجات شركة فيشي (VICHY) آمنة على الحامل والمرضع وذوي البشرة الحساسة وقد خضعت إلى جميع التجارب العلمية تحت إشراف استشاري الجلدية. وتقوم شركة فيشي (VICHY) برعاية المؤتمرات العلمية على المستوى المحلي والدولي والتي تتمثل بمؤتمر دبي المنعقد في شهر أبريل 2007، ومؤتمر فيينا العالمي المنعقد في شهر مايو 2007 بالإضافة إلى الكثير من المعارض والمؤتمرات التي سوف تقام في المملكة العربية السعودية لهذا العام.

اشتهرت فيشي (VICHY) منذ العصر الروماني بالينابيع الحرارية الغنية بالأملاح والمعادن ذات الخصائص العلاجية التجميلية. وتعد شركة فيشي (VICHY) الشركة الرائدة عالمياً في مجال العلاج والتجميل حيث إنها تتناسب جميع الأعمار من كلا الجنسين. وتتميز شركة فيشي (VICHY) بمنتجاتها المتنوعة وذلك باحتوائها على منتجات رعاية ومشاكل البشرة والجسم والقدمين بالإضافة إلى منتجات العناية بالشعر.

## فيشي قلب فرنسا

## منتجات لفيشي

### NORMADERM

#### مستحضر العناية اليومي للبشرة الدهنية وحب الشباب

يحتوي المستحضر على الزينكادون A الذي يعمل على إعادة التنظيم لخلايا البشرة الموجودة على السطح يعطي نتائج واضحة على البشرة في مدة 4 أسابيع.



- يعد الزينكادون A براءة اختراع حصري.
- يمتاز الزينكادون بقوة ثلاثية التأثير على البشرة السطحية، وذلك من خلال:
- التقشير الدقيق للبشرة.
- تنقية البشرة.
- إعادة تنظيم الخلايا.
- متوفر في خمس منتجات
- كريم مرطب ومعالج لعيوب البشرة الدهنية.
- جل للتنظيف والتقشير اليومي.
- جل للتنظيف العميق.
- تونيك القابض والمنقي للمسام
- قلم لإخفاء العيوب والبثور.

### Capital Soleil

مستحضر جديد للوقاية من أشعة الشمس للوجه والمناطق الأكثر عرضة لأشعة الشمس، يحتوي على مرشح مكسوريل XL، يمنح حماية مزدوجة من الأشعة فوق البنفسجية UVA وUVB بالإضافة إلى 4 مرشحات أخرى لإحكام الوقاية من أشعة الشمس.

- تركيبة للعناية خلال النهار، لا يترك أثراً دهنيًا.
- متوفر في تركيبة خاصة للأطفال.
- لا تتأثر فاعليته في حال تعرضه للماء أو الرمال.



### Microabrasion Peel Kit / Rejuvenating Resurfacing

#### مجموعة التقشير الدقيق من فيشي تجديد خلايا البشرة وإعادة بنائها

يعمل على إعادة خلايا البشرة وإعادة بنائها، يتكون من 4 مراحل:

المرحلة الأولى: التقشير الدقيق حبيبات بالكريستال (يترك لمدة دقيقة ثم يغسل بالماء).

المرحلة الثانية: التقشير السطحي (يترك لمدة ثلاث دقائق ولا يغسل بالماء).

المرحلة الثالثة: إعادة التوازن الحمضي للبشرة عن طريق المحاول المتبادل (يترك لمدة دقيقة ولا يغسل بالماء).



المرحلة، 3، 2، 1: كل أسبوع مرة وبالتتابع.

المرحلة الرابعة: العناية اللاحقة لتقدم البشرة بالسن (يدهن مرة يوميا ثم يترك ولا يغسل).

بعد جلستين من استخدام العلاج:

- تناقص التجاعيد والخطوط الرفيعة 14%.
- خشونة 50%.
- تضيق المسام بمعدل 40%.

### Dercos Anti Hairloss / Aminexil SP94

#### ديركوس بالأمينكسيل SP94 لمقاومة تساقط الشعر

ابتكار جزئي جديد ذي مفعول مزدوج للحماية من تساقط الشعر.

الأمينكسيل لتثبيت الشعر في الجذور، حيث يعمل على الوقاية من تصلب الكولاجين حول منطقة جذور الشعر.



SP94 يعمل على تكوين الألياف ينتقل من خلال جذور الشعر ليكون مواد مدعمة لشعر أكثر كثافة وصحة.

يستخدم 3 مرات على الأقل أسبوعياً لمدة شهرين.

يكرر استخدامه مرتين في السنة.

### TM

يحتوي على فاييرو سيكلاميد أول مركب من نوعه، قادر على إعادة بناء مخزون البشرة من الألياف، وتميز قدرتها الفعالة المتمثلة في دعم ومؤازرة سطح البشرة.

بعد ثلاثة أشهر من استخدام المنتج LIFTACTIVPRO طراً تحسن بنسبة 43%، على المعايير الثلاثة عشر المتعلقة بتجاعيد وتماسك البشرة.

يستخدم في الصباح على بشرة نظيفة على الوجه والرقبة.



### LIFTACTIVPRO

#### مركب عناية يومي لمقاومة التجاعيد





الفنان فهد الحيان

زوجتي مدينتي وسعيدة بالتغير الأخير

تأليف : مشاري المشاري





**فنان** له حضور جميل يحبه الأبطال قبل الكبار قدم أجمل الأهازيج الطفولية مثل (خروفي خروفي) ومثل (كان فيه أرنب) الفنان **189 الحيان** أورشيد الذي أبدع في شهر رمضان الماضي في مسلسل غشمشم الذي حقق نجاحاً ملموساً مع (شيخة) والتي قدمت الدور الفنازة هيا الشعبي وحققا ثنائياً كوميدياً رائعاً ونتيجة هذا النجاح كان انتقال مسلسل غشمشم إلى قناة دبي التي اقتصت هذا المسلسل في سعي منها لاكتساب أعمال درامية سعودية ناجحة.



- منذ بدايتي بالفن كان وزني معقولاً ولكن انفرط وزني في مرحلة من المراحل ولا أعتقد أن انخفاض وزني سيؤثر على شعبيتي والأفكار هي التي تخدم الفنان وليس الوزن والأن الحمد لله الوضع أفضل، وفي البداية لمعالجة مشكلة السمنة بدأت بالرجيم والرياضة ولكنها كانت تجربة فاشلة معي وكنت كلما نزلت بعض الشيء خلال شهرين يعود بسرعة خلال يومين من (الدبج) بالأكل، ثم أجريت عملية بالون بالمعدة وكانت فاشلة جداً ثم أجريت عملية تحويل مسار المعدة والحمد لله نتائجها واضحة وبدأت مرحلة النزول بالوزن وأنا سعيد جداً بأن صحتي أصبحت أفضل وزادت سامتي وحركتي أصبحت أكثر خفة من السابق وأصبحت اقضي وقتاً أطول في اللعب مع بناتي شهد ورغد.

**\* هل زوجتك أميحت تفنك بشكل جديد؟**

- زوجتي مازالت معجبة بي حيث تزوجتها وأنا في مرحلة زيادة الوزن وبكل تأكيد هي سعيدة بهذا التغير وهذا الانخفاض بالوزن.

**\* هناك الذين يعانون من مشاكل جلدية مثل الحبوب والبثور فيماذا ننصحهم حسب اطلاعك ومعرفتك؟**

- انصحهم بالتنظيف والتعقيم المتواصل والاعتناء بالجلد والاعتناء بالنظافة بشكل عام.

**\* مسلسل غشمشم حقق أمداً كبيرة عند عرضه على قناة mbc وحالياً سينقل المسلسل إلى قناة دبي هل تعتقد أن نفسية الممثل ستغير من ناحية اختلاف قناة العرض؟**

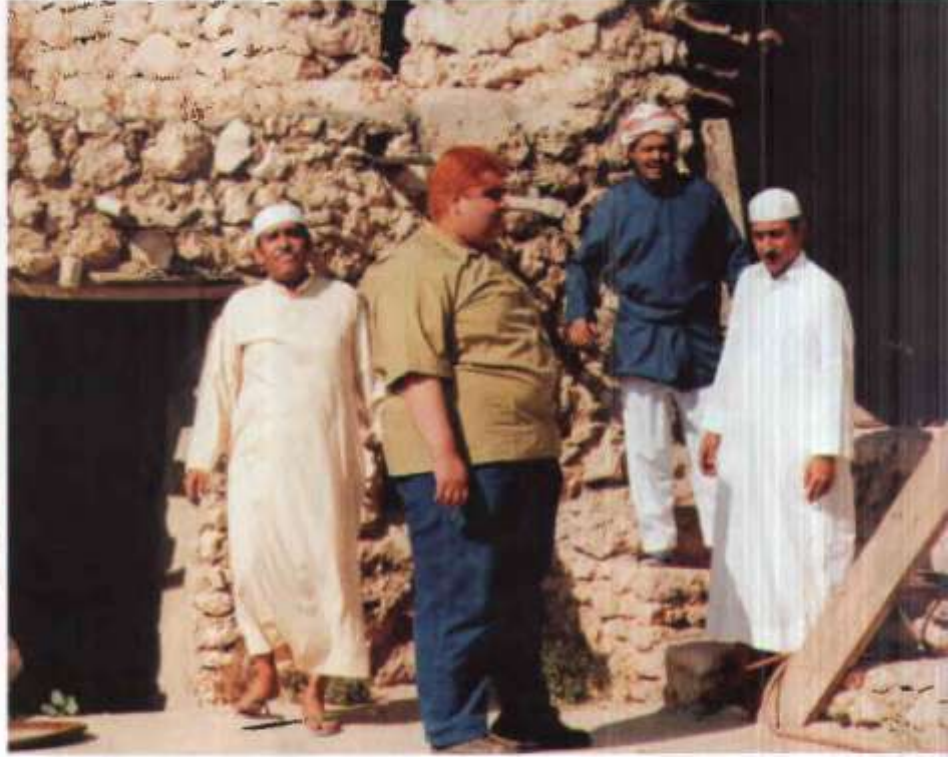
- لا أعتقد أن هذا الانتقال سيؤثر على نفسياتي أو نفسية الممثلين لأن هذه القناة وفرت الكثير من الدعم للعمل وأنا لدي ثقة كبيرة بجمهوري الذي تابع الجزء الأول والدعم الإنتاجي، حيث سنصور في دبي والسعودية وسريلانكا ومصر وسوريا ونستعين بكومبارس كبير العدد يقارب ٢٠٠ كومبارس للجيش وهناك لقطات سنستخدم فيها طائرات من أجل التصوير.

**\* هل تتوقع أنك ستسحب المشاهدين الذين أحبوا مسلسل غشمشم إلى قناة دبي بدل mbc؟**

- لدي ثقة كبيرة بجمهوري وبحبهم لفهد الحيان وإن شاء الله سأسحبهم معي إلى قناة دبي.

**\* الجمهور يعرف فهد الحيان ومعاناته مع السمنة سابقاً وحالياً يلحق الجمهور تغيراً كبيراً في وزنك حدثنا عن المراحل التي مررت بها لتصل إلى هذا الوزن ومدى المعاناة التي تكبدتها لتصل إلى هذا النزول الملموس في الوزن؟**





## لهذه الأسباب ازدادت وسامتي! تكرار الشخصية أمر غبي بناتي يغضبن عندما يشاهدنني (انطق)



في مسلسل خذ وخل وهي شخصية ثرية وشخصية نجدية تقال عليها النكت وقد طلب الجمهور مني المواصله في تقديم هذه الشخصية.

\* ألا تفكر بتقديرهم شهد ورغد في عمل فني موجه للأطفال؟

- لست حريصا على ظهورهم معي في إحدى حلقات الأطفال وكان ظهورهم في برنامج البيت بيتك من باب الصدفة فقط حيث حضروا للكوكب وتم تصويرهم معي في تلك الحلقة ولم يكن ظهورهم مقصودا.

\* هل تبيدك ابتلاك عندما يشاهدنك على الشاشة؟

- هما تغضان كثيراً عندما يشاهدنني (انطق) في إحدى الحلقات ويسألن ليش يا بابا تضرب فأقول لهما هذا ليس ضرباً حقيقياً، وبعد كل حلقة من غشمشم يقمن بسرد الحدث مرة أخرى فإذا شاهدنني اضحك عرضن أن الحدث مزح وهما يجب أن تفعل ذلك لكي تعرفا ردة فعلي ويطمئنان نفسي.

\* هل عانيت من مشاكل جلدية؟

- نعم عانيت من البثور بسبب الماكياج الذي يسبب مشاكل بالجلد وأصبحت استعمل غسولا خاصا بعد الماكياج لكي لا يترك أثارا على الجلد.

\* أغلب الفنانين عندما يجدون شخصية ناجحة مثل غشمشم يتهمسون بها ويخبرونها هل تعتقد أن تكرار هذه الشخصية أمر مزعج؟

- بكل تأكيد تكرار الشخصية هو أمر غبي بينما هناك شخصيات قدمت في مسلسل ربما لم تأخذ حقها ومثلا غشمشم حتى الآن لديه الكثير مما يقوله وله أحداث ستشاهدونها بالجزء الثاني ولن يكون غشمشم ٢ مثل غشمشم الأول بل سيكون هناك الكثير من الاختلاف بحيث لا يصيب الملل المشاهدين ولا تتكرر الأحداث بل مواقف جديدة وأحداث متنوعة بينما هناك من الفنانين من يقدم نفس الشخصية في كل عام ولا يوجد بينهما الكثير من الفرق بل إنه نفس الشخص في عدة أعمال وهذا بكل تأكيد أمر غبي من الفنان الذي يسمح لنفسه بتكرار شخصيته بلا مرر سوى أن الجمهور أحبها وبدون تغيير جذري على هذه الشخصية.

\* انطلاقة شخصية غشمشم كانت من خلال طاش حدثنا عن انطلاقة هذه الشخصية؟

- بداية رشيد كانت في حلقة هديب في طاش ٢١ ولقد وجدت صدى جيد وتبلورت معي وقدمتها مرة أخرى مع راشد الشمراني





## الوسائل المتخصصة

هناك وسائل عامة، وأخرى متخصصة، وثالثة أثنائية ما بين تلك والأخرى. وللتعريف فإن الوسائل العامة تسعى إلى تغطية ما يثير فضول المتلقين إيماناً بالقول الشهير: إذ عض الكلب رجلاً فليس ذلك بخير. إنما الخبر إذا عض الرجل كلباً. بمعنى أن تبحث عما يثير فضول القارئ أو المستمع، أو المشاهد حسب أسلوب الإصدار.

أما المتخصصة فهي الملزم نفسه مصدرها بخدمة تخصص معين، ومن ثم فإن عليه أن يخدم ذلك التخصص ومن يهتمون بمتابعة ما يجد فيه.

وأما الوسيلة الثالثة فهي التي تحاول أن تخدم تخصصاً معيناً بشكل غير مطلق وتسهم في خدمة المتلقين في مجالات معروفة (أو غير معروفة) لكنها متعددة.

هذه المقدمة الفلسفية (البديهية) أردت بها أن رسالة هذه المجلة (الجديدة) إنما تخدم فئة ليست بالقليلة، وأن عليها تجاه قرائها واجبات تستدعي بذل الجهد لتوضيح أعراض هذا المرض أو ذاك من أجل تلافي حدوثه. وبخاصة أن هذا العصر اتسم بالتقليد الأعمى لتصرفات الآخرين في المأكّل، والمشرب، والملبس، بل في وسائل التجميل مما يعرض الفرد إلى أمراض ما كان يتوقعها، كما أن الكثيرين لا يعرفون كيف يتخلصون منها بعد إصابتهم بها.

إذن: فإن واجب هذه المجلة ومهامها ليست سهلة، وإنما تعد نوعاً من التحدي الذي يتوقع قراؤها أن تستجيب له، بأن تعمل على التواصل المتفاعل مع قرائها وبخاصة أولئك الذين يرغبون في ثقافة صحية وقائية أو علاجية. كما أن توقعات المتلقين تختلف من فرد إلى آخر، لكن هذا وذالك لا يجديون غشاضة في لوم الوسيلة إذا لم تستجب لما كانوا يتوقعونه منها مهما كان ذلك التوقع معقولاً، أو فيه بعض الشطط. ولهذا قال الأولون قولاً مشهوراً نصه: «أرضاً الناس غاية لا تدرك». لكن لا مفر من أن نسعى إلى إرضاء أكبر قدر ممكن من تلك التوقعات، ويمكن الوصول إليها من خلال التواصل الدائم، ودعوة المتلقين إلى الادلاء بأرائهم وتوقعاتهم، ومن ثم البحث عن الحلول الممكنة عملاً بالمثل الآخر الذي يقول: «ما لا يدرك كله، لا يترك جله».

ولا شك أن هذا الإصدار الذي بين أيديكم يدرك صعوبة المهمة ولكن القائمين عليها يقبلون التحدي، وسوف يعملون على تطبيق المثل الأخير بإخلاص ومحبة. فشكراً لهم ولن يتجاوب معهم.



د. حمود بن عبدالعزيز البدر



الجلدية

العناية بالبشرة  
في الطقس الحار

الزئبق

كريمات التبييض

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

تهدف إلى الرفع من مستوى التخصص العلمي  
لأمراض وجراحة الجلد.

يشترك 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 والتقنية في مجال أمراض  
وجراحة الجلد وأبحاثها ودراساتها مما يساهم في نشر أكبر  
قدر من الوعي والمعرفة لدى أفراد المجتمع.

الجلدية

عنوان الجمعية السعودية لأمراض وجراحة الجلد:

المملكة العربية السعودية-الرياض - ص.ب 94648 الرمز البريدي 11614 - هاتف: 014883553 - فاكس: 014821410  
الموقع على شبكة الانترنت:

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

التصميم والإخراج والطباعة  
الجريدة للخدمات الإعلامية

ص.ب. 42362 الرياض 11541

هاتف: 2250111 (خمس خطوط) فاكس: 2253777

[www.aljareeda.com.sa](http://www.aljareeda.com.sa)

الخدمات الإعلامية  
الجريدة

إعلام موثوق به



VICHY  
LABORATOIRES

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

**MYOKINE**

عناية يومية تحتوي على مادة الأدينوكسين لتصحيح ومقاومة التجاعيد

تحتاج البشرة إلى ٣  
ملغ يوميا لإزالة التجاعيد  
وإنشاءات 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](http://www.vichy.com)