

جلد الإنسان هو العضو الذي يحميه من كل عوامل المرض والبيئة وهو أكبر أعضاء الإنسان على الإطلاق وأكثرها احساسا لأنه مركز هذه الحساسية. إضافة الى ذلك تعتبر امراض الجلد غاية في الحساسية والاهمية لأهميتها النفسية والاجتماعية، لأن لكل مرض جلدي مرتكسا نفسيا، وبالتالي اجتماعي وهو حال المصابين بالبهاق والاكزيما والصلع وغير ذلك مما يعتبر تشويها للمظهر الخارجي. وللوقوف على ما يشغل بال القارئ في هذا المجال كان لنا لقاء مع أخصائي الأمراض الجلدية والتناسلية والعلاج بالليزر د. أيمن علوان الذي أوضح ان خمس مرضى البهاق يشفون من تلقاء أنفسهم، وأكد اثناء حوار «الأنباء» معه ان البهاق مرض اجتماعي يصيب الإنسان بالضرر الاجتماعي أكثر مما يصيبه بالضرر الصحي، مشيرا الى ان البهاق والبرص هما مرض واحد. ونفى البروفيسور علوان وجود ما يسمى بإبرة البهاق، كما نصح بتطبيب الجلد والشعر بالماء وليس بالدهن، لأن الدهن يمنع الشعر من التعرض للبيئة المحيطة. وعن التهاب الجسم الكهفي، بين د. علوان انه يحدث عند تعرض الجسم لمشاكل قد تضر بوظيفته، وهي الانتصاب وهذا ما يحدث مع مرضى السكر، او مع مرضى تصلب الشرايين العادي، وقد يؤدي الى انحراف في الذكر اثناء الانتصاب كما ألقى الضوء على بعض اخطاء قد يقع فيها بعض الاطباء والصيادلة، فإلى تفاصيل اللقاء:

كتب: زينب أبو سويد

## د. أيمن علوان لـ «الأنباء»: الملابس الداكنة هي التي



د. أيمن علوان أخصائي الأمراض الجلدية والتناسلية (محمد ماهر)

الذي استخدمه مايكل جاكسون وهو يدمر الخلايا الطبيعية ويحول الجسم الى بهاق لذلك إذا كان المريض لديه 80% أو 60% من الإصابة نعطيه هذا الكريم ليديم باقي الخلايا الطبيعية الموجودة ويتحول الى انسان ابيض بالكامل وقد يسبب الكريم بعض الاحمرار ونتيجته تستمر لعام او عام ونصف بعد العلاج انما لا توجد ابرة تقوم بعمل البهاق وهي مسالة وهمية تماما وغير موجودة.

هناك ابرة تقلل مادة الصبغة يمكن تغييره بان هناك ما يطلق عليه اسم «إبرة البهاق» يأخذها الشخص فيقلب جسمه كله الى اللون الأبيض ويعتقدون انها ابرة واحدة وموجودة، وبعض الناس يسمونها ابرة مايكل جاكسون.

هل ينتشر في كامل الجسم؟  
● الانتشار قد يحدث عند بعض الناس، وقد لا يحدث وكثير من الناس لديهم اعتقاد ثابت لا يمكن تغييره بان هناك ما يطلق عليه اسم «إبرة البهاق» يأخذها الشخص فيقلب جسمه كله الى اللون الأبيض ويعتقدون انها ابرة واحدة وموجودة، وبعض الناس يسمونها ابرة مايكل جاكسون.

إبرة البهاق  
وأنا أؤكد انه لا يوجد على الإطلاق ما يسمى بـ «إبرة البهاق» وهناك مراكز كثيرة لعلاج البهاق اقربها مراكز الوطنية لعلاج البهاق بالسعودية يضعون كريما موجودا في العالم كله وكان ينتج في أميركا وكندا ووقف استيراده هنا وهذا الكريم هو

اللون الغامق في بعض المناطق من الجسم خصوصا الإبط، وبين الفخذين، ما أفضل طريقة لمعالجته؟

● هذه مناطق احتكاكية اي مادام الانسان يسير وخصوصا إذا كان لديه التصاق فخذين وهذا منتشر جدا في الجسم العربي فسيكون هناك اسمرارا وكذلك السمعة التي تسبب التصاقا أثناء المشي في منطقة الإبطين، فهذا الاحتكاك يؤدي الى التهابات وبعد إزالته تظل المنطقة سمرء ونحن أجسامنا سمينة وتعرض للاحتكاك، فإذا أردنا تحسين لون هذه المناطق يجب ان نقلل الاحتكاك أولا ونأنيبا نقلل الاحتكاك، وثالثا إذا اضطربنا للشعر يجب ان نلبس ملابس نستطيع بها تغليف المكان الذي يتم الاحتكاك به، أي مثلا شورت استريتش قطن يمتص العرق ويصل الى منطقة الحجر يمنع

بعض الأحيان يؤخذ من البطن، ويرزق في أماكن البهاق كزرع جلد، ويؤخذ عليه أشعة فوق بنفسجية.

هناك شيء انعكس تطورا يطلق عليه زراعة خلايا منتجة للصبغة، وهذه تتم في مزارع متخصصة جدا في المختبرات ويتم حقنها في الأماكن المصابة بالبهاق.

عموما البهاق مرض اجتماعي، اي يصيب الإنسان بالضرر الاجتماعي أكثر ما يصيبه بالضرر الصحي، لأن مريض البهاق يمكن ان يتحول الى انسان أبيض، ويكون تعرضه للشمس ضعبا، وبرأيي فان العلاج الاجتماعي مهم جدا بمعنى تثقيف المجتمع وتثقيف المحيطين بالمريض ان هذا المرض غير معد على الإطلاق وغير مؤذ للمحيطين به، فبعض الناس يخافون الاقتراب منه ويخشون وضع أيديهم عليه، فالمرض ليست له علاقة بالعدوى نهائيا، ويستطيع المريض ان يتعايش مع المرض ويضع قليلا من المكياج.

هل هناك فرق بين البهاق والبرص؟  
● البهاق مرض واحد، وليس هناك فرق بينهما وهناك من يعتقد ان هذا المرض ناتج عن «البرص» لذلك يلجا بعض البدو الى احضار «البرص» وتنشيفه وطحنه كبودرة ليستخدمها مريض البهاق وهذا ليس له أساس من الصحة.

هل هناك فرق بين البهاق والبرص؟  
● البهاق مرض واحد، وليس هناك فرق بينهما وهناك من يعتقد ان هذا المرض ناتج عن «البرص» لذلك يلجا بعض البدو الى احضار «البرص» وتنشيفه وطحنه كبودرة ليستخدمها مريض البهاق وهذا ليس له أساس من الصحة.

بعض الأحيان يؤخذ من البطن، ويرزق في أماكن البهاق كزرع جلد، ويؤخذ عليه أشعة فوق بنفسجية.

هناك شيء انعكس تطورا يطلق عليه زراعة خلايا منتجة للصبغة، وهذه تتم في مزارع متخصصة جدا في المختبرات ويتم حقنها في الأماكن المصابة بالبهاق.

عموما البهاق مرض اجتماعي، اي يصيب الإنسان بالضرر الاجتماعي أكثر ما يصيبه بالضرر الصحي، لأن مريض البهاق يمكن ان يتحول الى انسان أبيض، ويكون تعرضه للشمس ضعبا، وبرأيي فان العلاج الاجتماعي مهم جدا بمعنى تثقيف المجتمع وتثقيف المحيطين بالمريض ان هذا المرض غير معد على الإطلاق وغير مؤذ للمحيطين به، فبعض الناس يخافون الاقتراب منه ويخشون وضع أيديهم عليه، فالمرض ليست له علاقة بالعدوى نهائيا، ويستطيع المريض ان يتعايش مع المرض ويضع قليلا من المكياج.

هل هناك فرق بين البهاق والبرص؟  
● البهاق مرض واحد، وليس هناك فرق بينهما وهناك من يعتقد ان هذا المرض ناتج عن «البرص» لذلك يلجا بعض البدو الى احضار «البرص» وتنشيفه وطحنه كبودرة ليستخدمها مريض البهاق وهذا ليس له أساس من الصحة.

هل هناك فرق بين البهاق والبرص؟  
● البهاق مرض واحد، وليس هناك فرق بينهما وهناك من يعتقد ان هذا المرض ناتج عن «البرص» لذلك يلجا بعض البدو الى احضار «البرص» وتنشيفه وطحنه كبودرة ليستخدمها مريض البهاق وهذا ليس له أساس من الصحة.

نسبة حدوث الصلع الذكري والوراثي في النساء قد تصل إلى 95% وفي الرجال إلى 100%.

الكريمات المبيضة تحتاج إلى ستين يوما.. لتكُون الدفعة الجديدة من صبغة الميلانين في الجلد

ما أفضل علاج للبهاق وأسرع مفعولا؟  
● البهاق مرض تتداخل فيه عوامل كثيرة، أهمها الوراثة وأحيانا بعض الاضطرابات العصبية، أو بعض الاضطرابات المناعية المشاركة للمرض كالسكر، والغدة الدرقية ويحدث على أغلب الظن ان الجسم يفقد الخلايا المنتجة للصبغة، فيضعف انتاجها في البداية ثم تختفي، وهناك أماكن تكون محدودة او تنتشر في كامل الجسم.

وبالنسبة لصعوبة علاجه فهناك نسبة كبيرة جدا من مرضى البهاق قد تصل الى الخمس في بعض الأحيان، يشفون من تلقاء أنفسهم اي تظهر الإصابة ثم تختفي بعد مرور وقت معين وهناك مرضى كثيرون يستجيبون للعلاج البسيط بالأشعة فوق البنفسجية أو ما يطلق عليه العلاج الضوئي للبهاق، خاصة إذا لم يكونوا كئيفي يتعرض للشمس في حياتهم العادية وهناك أشخاص تكون حياتهم مضطربة، كوجود ثعلبية متكررة لديهم أو صدفية أو غدة درقية أو سكر أو إصابات منتشرة بشكل كبير تصل الى درجة 80% أو 90% من الجسم، وفي هذه الحالة نعمل بعلاج آخر، يحول اللون الأسود الأصلي في الجسم أو ان يكون لدى مريض البهاق بعض الأماكن المستعصية كأطراف الأصابع أو أصابع الرجل أو الشفاه فنبدأ المرحلة التالية من علاج البهاق وهي المراحل التي انعكست تطورا.

زراعة الجلد  
في المرضى الأكثر صعوبة في العلاج تشمل المراحل التالية: العلاج الجراحي اي إذا كان البهاق ثابتا في مكانه لمدة عامين لا يتغير، يجري له علاج جراحي بكيفية نقله من بعض الأماكن داخل الفخذين مثلا، كقطع من الجلد، وتزرع في الأماكن الأخرى الموجود بها البهاق ثم يتم عمل علاج ضوئي، او في

ما أفضل علاج للبهاق وأسرع مفعولا؟  
● البهاق مرض تتداخل فيه عوامل كثيرة، أهمها الوراثة وأحيانا بعض الاضطرابات العصبية، أو بعض الاضطرابات المناعية المشاركة للمرض كالسكر، والغدة الدرقية ويحدث على أغلب الظن ان الجسم يفقد الخلايا المنتجة للصبغة، فيضعف انتاجها في البداية ثم تختفي، وهناك أماكن تكون محدودة او تنتشر في كامل الجسم.

وبالنسبة لصعوبة علاجه فهناك نسبة كبيرة جدا من مرضى البهاق قد تصل الى الخمس في بعض الأحيان، يشفون من تلقاء أنفسهم اي تظهر الإصابة ثم تختفي بعد مرور وقت معين وهناك مرضى كثيرون يستجيبون للعلاج البسيط بالأشعة فوق البنفسجية أو ما يطلق عليه العلاج الضوئي للبهاق، خاصة إذا لم يكونوا كئيفي يتعرض للشمس في حياتهم العادية وهناك أشخاص تكون حياتهم مضطربة، كوجود ثعلبية متكررة لديهم أو صدفية أو غدة درقية أو سكر أو إصابات منتشرة بشكل كبير تصل الى درجة 80% أو 90% من الجسم، وفي هذه الحالة نعمل بعلاج آخر، يحول اللون الأسود الأصلي في الجسم أو ان يكون لدى مريض البهاق بعض الأماكن المستعصية كأطراف الأصابع أو أصابع الرجل أو الشفاه فنبدأ المرحلة التالية من علاج البهاق وهي المراحل التي انعكست تطورا.

زراعة الجلد  
في المرضى الأكثر صعوبة في العلاج تشمل المراحل التالية: العلاج الجراحي اي إذا كان البهاق ثابتا في مكانه لمدة عامين لا يتغير، يجري له علاج جراحي بكيفية نقله من بعض الأماكن داخل الفخذين مثلا، كقطع من الجلد، وتزرع في الأماكن الأخرى الموجود بها البهاق ثم يتم عمل علاج ضوئي، او في

ما أفضل علاج للبهاق وأسرع مفعولا؟  
● البهاق مرض تتداخل فيه عوامل كثيرة، أهمها الوراثة وأحيانا بعض الاضطرابات العصبية، أو بعض الاضطرابات المناعية المشاركة للمرض كالسكر، والغدة الدرقية ويحدث على أغلب الظن ان الجسم يفقد الخلايا المنتجة للصبغة، فيضعف انتاجها في البداية ثم تختفي، وهناك أماكن تكون محدودة او تنتشر في كامل الجسم.

زراعة الجلد  
في المرضى الأكثر صعوبة في العلاج تشمل المراحل التالية: العلاج الجراحي اي إذا كان البهاق ثابتا في مكانه لمدة عامين لا يتغير، يجري له علاج جراحي بكيفية نقله من بعض الأماكن داخل الفخذين مثلا، كقطع من الجلد، وتزرع في الأماكن الأخرى الموجود بها البهاق ثم يتم عمل علاج ضوئي، او في

ما أفضل علاج للبهاق وأسرع مفعولا؟  
● البهاق مرض تتداخل فيه عوامل كثيرة، أهمها الوراثة وأحيانا بعض الاضطرابات العصبية، أو بعض الاضطرابات المناعية المشاركة للمرض كالسكر، والغدة الدرقية ويحدث على أغلب الظن ان الجسم يفقد الخلايا المنتجة للصبغة، فيضعف انتاجها في البداية ثم تختفي، وهناك أماكن تكون محدودة او تنتشر في كامل الجسم.

وبالنسبة لصعوبة علاجه فهناك نسبة كبيرة جدا من مرضى البهاق قد تصل الى الخمس في بعض الأحيان، يشفون من تلقاء أنفسهم اي تظهر الإصابة ثم تختفي بعد مرور وقت معين وهناك مرضى كثيرون يستجيبون للعلاج البسيط بالأشعة فوق البنفسجية أو ما يطلق عليه العلاج الضوئي للبهاق، خاصة إذا لم يكونوا كئيفي يتعرض للشمس في حياتهم العادية وهناك أشخاص تكون حياتهم مضطربة، كوجود ثعلبية متكررة لديهم أو صدفية أو غدة درقية أو سكر أو إصابات منتشرة بشكل كبير تصل الى درجة 80% أو 90% من الجسم، وفي هذه الحالة نعمل بعلاج آخر، يحول اللون الأسود الأصلي في الجسم أو ان يكون لدى مريض البهاق بعض الأماكن المستعصية كأطراف الأصابع أو أصابع الرجل أو الشفاه فنبدأ المرحلة التالية من علاج البهاق وهي المراحل التي انعكست تطورا.

زراعة الجلد  
في المرضى الأكثر صعوبة في العلاج تشمل المراحل التالية: العلاج الجراحي اي إذا كان البهاق ثابتا في مكانه لمدة عامين لا يتغير، يجري له علاج جراحي بكيفية نقله من بعض الأماكن داخل الفخذين مثلا، كقطع من الجلد، وتزرع في الأماكن الأخرى الموجود بها البهاق ثم يتم عمل علاج ضوئي، او في

ما أفضل علاج للبهاق وأسرع مفعولا؟  
● البهاق مرض تتداخل فيه عوامل كثيرة، أهمها الوراثة وأحيانا بعض الاضطرابات العصبية، أو بعض الاضطرابات المناعية المشاركة للمرض كالسكر، والغدة الدرقية ويحدث على أغلب الظن ان الجسم يفقد الخلايا المنتجة للصبغة، فيضعف انتاجها في البداية ثم تختفي، وهناك أماكن تكون محدودة او تنتشر في كامل الجسم.

زراعة الجلد  
في المرضى الأكثر صعوبة في العلاج تشمل المراحل التالية: العلاج الجراحي اي إذا كان البهاق ثابتا في مكانه لمدة عامين لا يتغير، يجري له علاج جراحي بكيفية نقله من بعض الأماكن داخل الفخذين مثلا، كقطع من الجلد، وتزرع في الأماكن الأخرى الموجود بها البهاق ثم يتم عمل علاج ضوئي، او في

ما أفضل علاج للبهاق وأسرع مفعولا؟  
● البهاق مرض تتداخل فيه عوامل كثيرة، أهمها الوراثة وأحيانا بعض الاضطرابات العصبية، أو بعض الاضطرابات المناعية المشاركة للمرض كالسكر، والغدة الدرقية ويحدث على أغلب الظن ان الجسم يفقد الخلايا المنتجة للصبغة، فيضعف انتاجها في البداية ثم تختفي، وهناك أماكن تكون محدودة او تنتشر في كامل الجسم.

وبالنسبة لصعوبة علاجه فهناك نسبة كبيرة جدا من مرضى البهاق قد تصل الى الخمس في بعض الأحيان، يشفون من تلقاء أنفسهم اي تظهر الإصابة ثم تختفي بعد مرور وقت معين وهناك مرضى كثيرون يستجيبون للعلاج البسيط بالأشعة فوق البنفسجية أو ما يطلق عليه العلاج الضوئي للبهاق، خاصة إذا لم يكونوا كئيفي يتعرض للشمس في حياتهم العادية وهناك أشخاص تكون حياتهم مضطربة، كوجود ثعلبية متكررة لديهم أو صدفية أو غدة درقية أو سكر أو إصابات منتشرة بشكل كبير تصل الى درجة 80% أو 90% من الجسم، وفي هذه الحالة نعمل بعلاج آخر، يحول اللون الأسود الأصلي في الجسم أو ان يكون لدى مريض البهاق بعض الأماكن المستعصية كأطراف الأصابع أو أصابع الرجل أو الشفاه فنبدأ المرحلة التالية من علاج البهاق وهي المراحل التي انعكست تطورا.

زراعة الجلد  
في المرضى الأكثر صعوبة في العلاج تشمل المراحل التالية: العلاج الجراحي اي إذا كان البهاق ثابتا في مكانه لمدة عامين لا يتغير، يجري له علاج جراحي بكيفية نقله من بعض الأماكن داخل الفخذين مثلا، كقطع من الجلد، وتزرع في الأماكن الأخرى الموجود بها البهاق ثم يتم عمل علاج ضوئي، او في

ما أفضل علاج للبهاق وأسرع مفعولا؟  
● البهاق مرض تتداخل فيه عوامل كثيرة، أهمها الوراثة وأحيانا بعض الاضطرابات العصبية، أو بعض الاضطرابات المناعية المشاركة للمرض كالسكر، والغدة الدرقية ويحدث على أغلب الظن ان الجسم يفقد الخلايا المنتجة للصبغة، فيضعف انتاجها في البداية ثم تختفي، وهناك أماكن تكون محدودة او تنتشر في كامل الجسم.

زراعة الجلد  
في المرضى الأكثر صعوبة في العلاج تشمل المراحل التالية: العلاج الجراحي اي إذا كان البهاق ثابتا في مكانه لمدة عامين لا يتغير، يجري له علاج جراحي بكيفية نقله من بعض الأماكن داخل الفخذين مثلا، كقطع من الجلد، وتزرع في الأماكن الأخرى الموجود بها البهاق ثم يتم عمل علاج ضوئي، او في

ما أفضل علاج للبهاق وأسرع مفعولا؟  
● البهاق مرض تتداخل فيه عوامل كثيرة، أهمها الوراثة وأحيانا بعض الاضطرابات العصبية، أو بعض الاضطرابات المناعية المشاركة للمرض كالسكر، والغدة الدرقية ويحدث على أغلب الظن ان الجسم يفقد الخلايا المنتجة للصبغة، فيضعف انتاجها في البداية ثم تختفي، وهناك أماكن تكون محدودة او تنتشر في كامل الجسم.

وبالنسبة لصعوبة علاجه فهناك نسبة كبيرة جدا من مرضى البهاق قد تصل الى الخمس في بعض الأحيان، يشفون من تلقاء أنفسهم اي تظهر الإصابة ثم تختفي بعد مرور وقت معين وهناك مرضى كثيرون يستجيبون للعلاج البسيط بالأشعة فوق البنفسجية أو ما يطلق عليه العلاج الضوئي للبهاق، خاصة إذا لم يكونوا كئيفي يتعرض للشمس في حياتهم العادية وهناك أشخاص تكون حياتهم مضطربة، كوجود ثعلبية متكررة لديهم أو صدفية أو غدة درقية أو سكر أو إصابات منتشرة بشكل كبير تصل الى درجة 80% أو 90% من الجسم، وفي هذه الحالة نعمل بعلاج آخر، يحول اللون الأسود الأصلي في الجسم أو ان يكون لدى مريض البهاق بعض الأماكن المستعصية كأطراف الأصابع أو أصابع الرجل أو الشفاه فنبدأ المرحلة التالية من علاج البهاق وهي المراحل التي انعكست تطورا.

زراعة الجلد  
في المرضى الأكثر صعوبة في العلاج تشمل المراحل التالية: العلاج الجراحي اي إذا كان البهاق ثابتا في مكانه لمدة عامين لا يتغير، يجري له علاج جراحي بكيفية نقله من بعض الأماكن داخل الفخذين مثلا، كقطع من الجلد، وتزرع في الأماكن الأخرى الموجود بها البهاق ثم يتم عمل علاج ضوئي، او في

ما أفضل علاج للبهاق وأسرع مفعولا؟  
● البهاق مرض تتداخل فيه عوامل كثيرة، أهمها الوراثة وأحيانا بعض الاضطرابات العصبية، أو بعض الاضطرابات المناعية المشاركة للمرض كالسكر، والغدة الدرقية ويحدث على أغلب الظن ان الجسم يفقد الخلايا المنتجة للصبغة، فيضعف انتاجها في البداية ثم تختفي، وهناك أماكن تكون محدودة او تنتشر في كامل الجسم.

زراعة الجلد  
في المرضى الأكثر صعوبة في العلاج تشمل المراحل التالية: العلاج الجراحي اي إذا كان البهاق ثابتا في مكانه لمدة عامين لا يتغير، يجري له علاج جراحي بكيفية نقله من بعض الأماكن داخل الفخذين مثلا، كقطع من الجلد، وتزرع في الأماكن الأخرى الموجود بها البهاق ثم يتم عمل علاج ضوئي، او في

### أخطاء الأطباء والصيادلة



أكد البروفيسور د. أيمن علوان أن هناك أخطاء يقع فيها بعض الأطباء، والصيادلة وكثير جدا من الناس وهو يتعلق أولا بالملابس التي يجب أن يستخدمها النساء أو الرجال للوقاية من أشعة الشمس قائلًا: كثير من الناس كما تعلموا من المدارس، أو من التعليم العام أن اللون الأبيض يعكس أشعة الشمس، واللون الأسود يمتص أشعة الشمس لذلك عندما تقوم السيدة بقيادة السيارة تلبس في يديها قفازات بيضاء أو بيح وترفض ارتداد الأسود أو يعتبرون ان النقاب الأسود يمتص اشعة الشمس، وهو السبب في اسمرار الوجه فيأتي البنطال من الداخل باللون الأسود ولكن الملابس الواقية من أشعة الشمس عن طريق العلم والأبحاث العلمية، هي الملابس الداكنة التي لا تسمح بمرور الأشعة فوق البنفسجية، وبالتالي تؤدي إلى تفتيح الجلد وعلى ذلك الملابس السوداء تقي من اشعة الشمس أكثر من الملابس البيضاء عكس ما يفهم الناس حتى لو قال ذلك كثير من الأطباء والصيادلة وهذا القول مؤكدا بأبحاث علمية ومنشورة ويجب ان نعلم ببساطة أن الملابس عموما تجعل الجسم الداخلي أفتح من الجسم الخارجي المعرض لأشعة الشمس، وبالتالي الملابس السوداء تقي من أشعة الشمس أكثر من الملابس البيضاء كما ان سمك القماش يقي أكثر فكلما كان القماش أكثر سماكة لا يسمح بمرور الأشعة فوق البنفسجية التي تسبب اسمرار الجلد.

وعن انتشار الملابس البيضاء في البلاد الحارة على عكس البلاد الباردة التي لا يرتدي أهلها الملابس البيضاء أوضح د. علوان أن اللون الأبيض يقلل من درجة الحرارة، لكن درجة الحرارة ليست أشعة فوق بنفسجية إنما هي أشعة تحت الحمراء، وتقلل الحرارة وتسمح بمرور الأشعة فوق البنفسجية وتؤدي إلى الاسمرار، والاسمرار مطلوب في البلاد الحارة، لأنه يحمي الجلد من أشعة الشمس الضارة فإذن تلبس الناس الأبيض في البلاد الحارة لتسمر، ليس لتقليل البياض، هذا في أيام لم يكن فيها تكييفات وكان الناس كثيري يتعرض للشمس، ويستخدمون الدواب ويتحركون في الشوارع مع التعرض للشمس أما الآن فنحن نتحرك بسيارات مكيفة مغلقة إذن الملابس لا تقينا أي شيء من الحرارة لانقضاء دورها في ذلك، وأن ما يؤذينا فقط هو حدوث اسمرار وهو لم يعد مطلوب بل بالعكس المرأة مرغوب فيها أن تكون بيضاء أو هي ترغب في أن تكون بيضاء.

دواء حب الشباب  
الشيء الآخر الذي أراد د. علوان تصحيحه، ما يتعلق بدواء حب الشباب موضحا: قد تكون أحيانا في مخيلة الكثير من الصيادلة أن دواء يسم عليه علميا اسم Isotretinoin وتجاريا اسم Roaccutane، وهو دواء لعلاج حب الشباب مشتق من حمض فيتامين أ، وهذا الدواء أثبتت حوله شائعات كثيرة جدا ما بين الصيادلة وبعض الأطباء الذين يبعد تخصصهم قليلا عن بعض الأمراض الجلدية أولاها أن هذا الدواء يسبب عيوبًا وتشوهات خطيرة في الأجنة بنسبة 100% إذا استعملته المرأة وهي حامل أو لمدة شهر واحد بعد توقف العلاج إذا حملت، أما إذا أخذت الدواء وهي غير حامل أو أخذته بعد مرور ثلاثة أسابيع بعد توقف الدواء فلن يحدث أي نوع من التشوه في الأجنة.

يختلط الأطباء عليهم الوضع بين هذا الدواء وبين مشتق آخر من أحماض فيتامين A اسمه

أغلب مرضى البهاق يستجيبون للعلاج بالأشعة فوق البنفسجية والبعض يشفى من تلقاء نفسه



السمنة تسبب التصاقاً واحتكاكاً أثناء المشي في منطقة الإبطين وبين الفخذين ما يؤدي إلى الالتهابات



لا يوجد ما يسمى بآبرة البهاق إنما هناك كريم يحول لون الجلد إلى الأبيض.. ويستمر مفعوله لعام ونصف العام



# تقي من أشعة الشمس على عكس الملابس البيضاء



أسباب حدوث حب الشباب



الملابس السوداء تقي من أشعة الشمس أكثر من الملابس البيضاء



سقوط الشعر وتقصفه من أكثر المشاكل الموجودة حالياً



مرض البهاق قد يكون وراثياً

أن حب الشباب ليس مرضاً معدياً، ولكنه يعزى إلى تفاعل فيما بين البكتيريا - التي تعيش اعتيادياً (طبيعية) على الجلد - والمواد الدهنية التي تنتجها الغدد الزهمية بشكل غير طبيعي كما ونوعاً في الذين يعانون من مشكلة حب الشباب. كما تعتمد درجة الالتهاب على مدى استجابته لتلك المواد الكيميائية. فمنهم من تكون استجابتهم الالتهابية قوية فتتكون لديهم بقع التهابية أكبر وتبقى لمدة أطول من الذين تكون استجابتهم الالتهابية أقل شدة. هناك بعض العوامل الفسيولوجية بالجسم التي قد تزيد حالات حب الشباب سوءاً. حيث لوحظ ظهور مفاجئ لحب الشباب قبل موعد الدورة الشهرية (الطمث) مباشرة، أما الحمل فلا يصاحبه تأثير على بقع الوجه، كما قد تساعد أشعة الشمس على تكون حب الشباب، ولكن لا يوجد احتمال وجود دور للغذاء في هذا الداء، حيث لا يوجد دليل يدعم الاعتقاد السائد بأن الشكولاتة تسبب بقع الوجه. كما أنه ليس للنظافة الشخصية تأثير ملحوظ في هذا الصدد. وما يزيد حب الشباب سوءاً قرب حدوث الدورة الشهرية، أما الحمل فليس له تأثير ثابت، أشعة الشمس قد تكون ذات فائدة، الغذاء قد لا يكون له تأثير - النظافة الشخصية قد لا يكون لها تأثير، الشكولاتة لا يوجد دليل على أن لها تأثيراً سيئاً.

## ما البهاق؟

العنصر المحدد للون الجلد والشعر والعيون التي تتميز الناس بعضهم عن البعض. البهاق هو خلل صبغي ينتج عن تحطم الخلايا الفيتمينية وهي الخلايا التي تنتج الصبغة في الجلد، الأغشية المخاطية (الأنسجة التي تبطن داخل الفم والأنف والمناطق الجنسية والإخراجية)، وشبكة العين (وهي الطبقة الداخلية في مقلة العين). كنتيجة لتحطم هذه الخلايا، تظهر رقع بيضاء على أجزاء مختلفة من الجلد على الجسم، حتى الشعر الذي ينمو في المناطق المصابة يبيض في العادة.

## تخلصي من مشكلة إسمرار البشرة

وللتخلص من مشكلة إسمرار البشرة: استعملي غسولاً مناسباً لطبيعية جلدك لتتظفي وجهك. اغسلي وجهك مرتين في اليوم بالماء الفاتر. ولكي وجهك بلطف بحركة دائرية. احمي نفسك من الشمس، بشكل رئيسي في النهار، لأن إسمرار الجلد سببه الإشعاع الضار للشمس. ضعي كريما واقيا من الشمس على وجهك. تجنبي مستحضرات التجميل العطرة جدا. استعملي كريمات تبييض البشرة، التي تحتوي على 2-1% من الهيدروكينون أو حامض الأزالاسيك.

تعمل الغدد الزهمية تحت سيطرة الهرمونات الجنسية، ولهذا السبب يظهر حب الشباب عند البلوغ. أما الهرمونات الرئيسية التي تنبه الغدد الزهمية فتسمى أندروجينات، وهي هرمونات تنتجها الخصيتان في الذكور والمبيضان والغدتان جار الكليتين في الإناث. وغالباً ما يلاحظ زيادة في المواد الدهنية للجلد والشعر في الشباب، ويعزى ذلك إلى الزيادة الكبيرة في نشاط الغدد الزهمية خلال هذه المرحلة من العمر. وتكون الزيادة أكثر في الذين يعانون من حب الشباب. إن الكيات تكون الأنواع غير الالتهابية من حب الشباب مازالت مبهمه، ولكن من المحتمل أن بعض مكونات المواد الدهنية التي تفرزها الغدد الزهمية يمكن أن تساعد على تكون هذه الآفات. إن آلية حدوث الالتهاب في بعض حالات حب الشباب لم يكشف أيضاً النقاب عنها، ولكن من شبه المؤكد أن يكون للبكتيريا دور في ذلك. فجلد الوجه والجزء العلوي من الجسم لكل شخص بعد البلوغ الجنسي - في المصابين أو غير المصابين بحب الشباب - تتواجد به أنواع كثيرة من البكتيريا.

ولأسباب غير معروفة تماما، تدخل هذه البكتيريا إلى قنوات الغدد الزهمية فتسبب إنتاج مواد شديدة التباين ونشطة بيولوجياً، تنفذ فيما بعد إلى المناطق المجاورة من الجلد. ومن الجدير بالذكر

الذي يحتوي على مجرى البول، اما القضيبان العلويان فهما عبارة عن انسجة كهفية أو اسفنجية لأن هذا العضو يكون منكمشا في اغلب الاوقات ومنتصبا في حالات الجماع، والانتصاب هو ازدياد في الصلابة وفي السمك وفي الطول، فيحتاج الي شيء مطاطي الشكل لتتم فيه هذه الظاهرة.

الانسجة الكهفية هذه عبارة عن كهوف كالإسفنج تحتوي على دم إذا زادت سرعة سريان الدم فيها على سرعة عالية جدا فتصل الى احتباس الدم داخل القضيب بشكل يؤدي الى الصلابة.

وهناك نوعان من القضيب احدهما مطاطي والآخر عادي، والقضيب المطاطي الذي يكون حجمه وهو مرتخ صغيرا او منكمشا وعند الانتصاب يزداد في الطول والسمك والصلابة، اما الحجم الآخر وهو اكثر تواجدا، يكون طوله وهو مرتخ نفس طوله وهو منتصب ولكن عند الانتصاب يزداد صلابة وسمكا فقط، وهذا يسبب مشاكل عند كثير من الناس. أما الذين لديهم النوع المطاطي فيعتقدون ان لديهم عيبا خلقيا اي قصرا في حجم القضيب، لكنه عند الانتصاب يكون عابدا ويستطيع ان يمارس الجنس بشكل طبيعي.

أما التهاب الجسم الكهفي فيحدث عند تعرض الجسم لمشاكل كثيرة قد تضر بوظيفته وهي الانتصاب، وضعف وظيفته وهي الانتصاب تؤدي الى ضعف الانتصاب وضعف العملية الجنسية ويطلق عليه عدم القدرة على الانتصاب اذا تصلبت الأوعية الدموية، مع تصلب الشرايين، ولا يكون هناك سهولة انتفاخ وارتخاء فلا يمر الدم بكثرة ولا ينتصب، او ينتصب انتصابا ضعيفا، وهذا ما يحدث مع مرضى السكر او مع تصلب الشرايين العادي، واحتمال ان يحدث التهاب نتيجة ميكروب وقد يؤدي الى انحراف في القضيب اثناء الانتصاب وهذا علاج جراحي وتؤخذ له ابر.

## الكريمات التي تعطي نتيجة سريعة في التلوين ضارة لأنها تزيل الطبقة السطحية من الجلد



يجب وضع كريم الحماية قبل التعرض للشمس بربع ساعة وليس بدقيقتين حتى لا يحدث الإسمرار

هناك استخدام للطب واستخدام لغير الطب، فالاستخدامات للطب هي ما يطلق عليه الاستخدامات التجميلية التي عادة لا يبذل مجهودا من وزارات الصحة في العالم للحصول على ترخيص لها، لأنها في الأغلب تكون غير مضره وغير مفيدة وفي هذه الحالة تصدر تراخيصها بصورة تحضيرات تجميلية فتجد ان هذا المستحضر Fair and Lovely مشهور جدا وسهل استخدامه، ولا يسبب احمرارا او تقشير، ولا يحتاج الى متابعة طبية، ويمكن بيعه على نطاق واسع تجاريا، وقد يؤدي الى فائدة بسيطة، ولكنه ليس هو العلاج الطبي ولا يوصف من بعض الاطباء ولكن لا يمنع ان له بعض التأثيرات وبعض التأثيرات النفسية بسبب الدعاية له.

### التهاب الجسم الكهفي

ما هو التهاب الجسم الكهفي او الجسم الاسفنجي للقضيب؟ وما هي طرق علاجه ومنتهيا؟ يحتوي القضيب الذكري على الاجسام الكهفية، فهناك قضيبان من الداخل وقضيب من الاسفل

انما يكون بالماء وكذلك ترطيب الجلد يكون بالماء وليس بالدهن لأن الدهن يمنع الشعر من التعرض للبيئة المحيطة وبالتالي يزود الجفاف وهناك شامبوهات تزود سمك الشعرة عن طريق زيادة امتصاصها للماء او تنقع السيدة شعرها بالماء، او تعمل حمام بخار، او تشرب ماء كثيرا، كل ذلك يؤدي الى ترطيب الشعر وتقليل تقصفه.

هل كريم Fair and Lovely جيد للبشرة؟

● الفكرة العامة لاستخدام الأدوية التجميلية ان هناك نوعا من العقاقير المشتقة من فيتامين A فعندما بدأ العلماء في بداية القرن العشرين يبحثون في فيتامين A وتأثيره على البشرة وجدوا ان هذا الفيتامين اذا استخدم كـمستحضر موضعي لا يؤدي إلى نتيجة سواء لحب الشباب او نضارة البشرة وإذا تم تناوله بجرعات عالية في الفم يمكن ان يكون ساماً، فأخذوا يبحثون عن مشتقات فيتامين A فوجدوا اشياء موضعية وهي نوعان منها ما هو ضعيف والآخر قوي طبيا يمكن استخدامه، فاصبح

وقوع احتكاك، او ملابس قطنية تفصل ما بين الذراع والإبط فكلما حمينا هذه المنطقة من الاحتكاك يبدأ اللون بالتحسن تدريجيا، حتى ولو لم نأخذ علاجاً.

### 60 يوما تبييض البشرة

النقطة الأخرى هي ان الكريمات المبيضة او المزيلة للون الغامق تحتاج الى ستين يوما لتكون الدفعة الجديدة من صبغة الميلانين في الجلد التي تعمل عليها الكريمات فاي سيدة تضع كريما لمدة اسبوع او عشرة ايام لن تجد نتيجة وتعتقد ان الكريم غير مجد، بل يجب ان تضعه لمدة شهرين.

الكريمات التي تعطي نتيجة سريعة في التلون تقشر الجلد، لتزيل الطبقة السطحية من الخلايا الموجودة بها الصبغة، والتقشير في الأماكن التي يزداد فيها الاحتكاك يؤدي الى زيادة اللون لأنه عبارة عن احتكاك آخر.

### ما أسباب تقصف الشعر؟

● سقوط الشعر وتقصفه من أكثر المشاكل الموجودة حالياً فمن الصعب جدا ان نجد امرأة بالغة لا تشكو من تساقط الشعر ونسبة حدوث الصلع الذكري الوراثي في النساء قد تصل الى 95% وفي الرجال الى 100% فلا يوجد ذكر بالغ ليست لديه درجة من درجات الصلع الذكوري، ولا يوجد امرأة بالغة بنسبة 95% ليس لديها درجة من درجات سقوط الشعر الوراثي، إذن هنا سقوط الشعر يمكن ان يكون وراثيا وأما اسباب تقصفه فتعود الى الجفاف ولو استطعنا ان نحصل على ترطيب كاف للشعر، لا يحدث التقصف وهناك نقص فيتامين معين اسمه Biotin بسبب التقصف، وبالتالي هذا الفيتامين يستخدم في تقصف الاظافر وتقصف الشعر.

### ترطيب الشعر والجلد

ترطيب الشعر لا يكون بالدهن

الكريمات التي تعطي نتيجة سريعة في التلوين تقشر الجلد