

# د. أمل غباشي لـ «الانباء»: الليزر يعالج خطوط الحمل والوحمات ويزيل الشعر.. ويشد البشرة



د. أمل غباشي تتحدث للزميلة زينب أبو سيدو (محمد هاشم)



د. أمل غباشي طبيبة أمراض جلدية وتناسلية وليزر

يمكن علاج خطوط الحمل في البطن بالحقن والكريمات والليزر.. ولكنها لا تعطي نتيجة تامة

الليزر يقلل الشعر بنسبة 80% والباقي يتحول إلى شعر خفيف بنسبة 20%

فسي الرأس أو في الوجه أو في الصدر، في الاكتاف أو في الظهر وليس شرطا أن تظهر في الوجه وغدد الوجه. ولكن كمية الإفرازات عالية ونظرا لتواجدها أكثر في مرحلة الشباب والتغيرات الهرمونية تكون واضحة جدا في هذه الفترة سميت بحب الشباب.

وهناك أشخاص تأتيهم هذه الحبوب في سن الثلاثين أو في سن الأربعين نظرا النوعية النشرة الدهنية لديهم. بالنسبة للعلاج فهو غسل وعلاجات لتنظيف البشرة وتنظيف إفرازات البشرة وكذلك عن طريق الطعام، فهناك أشخاص يؤثر عليهم نوعية الطعام.

هل توجد طريقة طبية لإزالة الشعر غير المربوب فيه نهائيا؟ لا، ولكن نستطيع تقليل الشعر، لذلك فلسفة الليزر هي تقليل الشعر بنسبة 80% والباقي من الشعر الموجود يتحول إلى شعر خفيف وهو نسبة 20%.

هنا يختلف الأمر من مريض إلى آخر فربما الشعر الخفيف عند امرأة يجعلها لا تريد إكمال جلسات، وعند أخرى تريد إزالتها نهائيا.

مايكينة الحلاقة تزيد الشعر هل استعمال ماكينة الحلاقة يمكن أن يحفز الشعر على النمو بشكل أكبر؟

نعم استعمالها كثيرا من الأمور التي تحفز على نمو الشعر، والأساس أن أي شيء يسبب شدا للشعر من الجذور يضر الشعر فالمواد التي تزيل الشعر من السطح كالمكينة على هيئة شفرة تحفز على نمو الشعر. هناك أناس كل يوم يوم وآخر، يستعملون ماكينة الحلاقة، فهذا يحفز على ظهور الشعر.

ما مشاكل البشرة التي يعالجها الليزر؟ الليزر له خط عريض كبير، كمشاكل كثيرة لعلاج البشرة، فالليزر يمكن أن يعالج مساحات البشرة الواسعة ويجسد خلايا البشرة ويقوم بعمل شد للبشرة وهذا يحتاج إلى نوع من الليزر وهناك ليزر قوي وهو تقشير للبشرة ولكن تحت شروط معينة كذلك يعالج الليزر الشعيرات الدموية التي تظهر بالبشرة وكذلك يعالج الوحمات.

ما فوائد إزالة الشعر بالليزر؟ الوسائل التقليدية ربما مع البعض ينتج عنها التهابات ولون في البشرة وهذا لوحظ

الغدة الدهنية نتيجة لهذه الإفرازات يظهر حب الشباب ولكن ربما طبيعة الجلد إذا كان دهنيا تكون إفرازاته الدهنية متواصلة إلى سن الأربعين، أو الخمسين وربما كانت هذه الإفرازات الدهنية

بذلك؟ حب الشباب هو حالة هرمونية تحدث في فترة معينة بسبب زيادة في الهرمونات ينتج عنها نوعية إفرازات معينة كثيرة مع زيادة في نشاط

ولكن المهم المحافظة بعد ذلك حتى لا يعود اللون مرة أخرى ويترسب في الجسم.

هل يقتصر حب الشباب على الشباب فقط ولماذا سمي

## إزالة الشعر الزائد بالليزر

أو بالنقصان وهي عادة ما تكون مؤقتة تزول خلال مدة 6-12 أسبوعا، وقد يعطيك الطبيب علاجاً للتعبيل في الشفاء، وتزيد هذه النسبة في السيدات ذوات الجلد الداكن، ولتلافي هذا الأمر يلجأ الطبيب عادة إلى إعطاء ليزر ذي موجة طويلة مثل الميلايت أو عمل اختبار لأنواع القوة من الليزر.

عند إعطاء جرعة عالية وقوية من الليزر قد تحدث حروق سطحية مثل حروق الشمس وهذه تتماثل للشفاء خلال أيام بالعلاج المناسب.

العناية أثناء جلسة الليزر تتطلب تغطية العينين لمنع التأثير على ما فيها من خلايا صبيغة. لا يوجد تأثير لليزر على الجلد على المدى الطويل، تختلف هذه الآثار من نوع لآخر من أنواع الليزر، فبعضها مناسب للبشرة الشرقية، والبعض الآخر تزيد احتمالية ظهور آثار جانبية.

الكثير من الناس، وخاصة النساء، يعانون من زيادة في سماكة وكثافة الشعر غير المرغوب فيه، والذي يؤدي في بعض الأحيان، إلى التضيق من وجوده. قد تكون زيادة الشعر في أماكن محددة، مثل الوجه، أو عامة في أجزاء كثيرة من الجسم. هناك طرق عديدة لإزالة هذا الشعر، منها الحلاقة بالموسى، واستعمال بعض الكريمات والحلاوة والخيط أو الشمع وغيرها، ولكل من هذه الطرق سلبياتها. الآن أصبح بالإمكان التخفيف من سماكة وكثافة الشعر، ولدة طويلة، بواسطة الليزر، وهي الطريقة التي ينصح بها طبيا، لقلتها سلبياتها مقارنة بالطرق الأخرى، ولتأثيرها على بصليات الشعر.

منذ أن اخترعه مابمان سنة 1960 ميلادية، دخل الليزر في جميع مجالات العلم والتقنية، وقد بدأ الاستعمال الطبي لليزر منذ أكثر من 30 عاما، وبالنظر للعديد من استخداماته الطبية الناجحة وقلة المضاعفات فإن الليزر قد رسخ مكانته في هذا المجال، ولا يمكن تصور الطب الحديث بدون الليزر.

كيف يمكن التخلص من خطوط الحمل الحمراء والبيضاء في البطن؟ هناك أكثر من سبب فكلمنا كانت هذه الخطوط مزمنة، كانت صعبة في العلاج لأن الجلد يكون «كاسترتش» مرنا ولينا ولكنه يصل إلى مرحلة معينة ينقطع «كالفايبر» فطوال حالة الليونة يمكننا تزويد ليونته عن طريق المرطبات ولكن إذا تركناه دون ترطيب سيحفظ ويفقد مرحلة الليونة إذا أوقفنا وضع المرطبات.

خطوط الحمل إذا وصلنا إلى مرحلة الخطوط يمكن علاجها بأكثر من طريقة إما حقن للخط نفسه بمواد تسبب استئثار للخلايا التي تكون النسيج، فالجلد يقسم إلى طبقات والطبقات الداخلية للجلد هي التي نثيرها لتظهر وتضال الخط أو القطع التي تكون في هذا الجلد فنبداً في ملء هذا الجلد، وتقريبه من بعض، ليختفي الفراغ الذي تكون، أو عن طريق الكريمات نستطيع معالجة هذه الخطوط وهناك أيضا الليزر، ولكن كل هذه الحلول تعطينا نسبا من النجاح فلا نستطيع ان نقول ان أيا منها يعطينا 100% نجاحا أو 90% من النجاح وهذه تحتاج إلى صبر وفي النهاية عن طريق تجمع كل هذه الطرق نصل إلى نسبة معقولة من النجاح.

هل هناك علاج لإزالة الكلف في اليدين؟ كلف اليدين يأتي من كثرة التعرض للشمس أو ربما كان لأسباب هرمونية داخلية في الجسم فالتقشير الكيميائي أو استخدام الكريمات مثل Skincode ربما تزيل الكلف،

هل تكون إزالة الشعر دائمة؟ زيارة واحدة للطبيب غير كافية لإزالة الشعر. فالشعر له دورة يمر بها فيكون نشطا ناميا في أولها وفي حالة ضمور في نهايتها، ويختلف طول الدورة باختلاف مناطق الجسم. وإذا علمت بأن الشعر في حالة الضمور يخلو من الخلايا الصبيغة، فانك ولا شك ستدركين انه لن يتأثر بالليزر. لذلك يجب إجراء عدة جلسات حتى تضمن التأثير على الشعر وهو في الحالة النشطة، كما أن إصابة البصيلة قد لا تكون كافية، فتتعاوى بعد فترة وتنتج شعرة جديدة. وأخيرا فإن أنواع الأجهزة تختلف كما تختلف أطوالها الموجية وكلما طالت الموجة قلت الآثار الجانبية وقلت نسبة الشعر المستصل والعكس صحيح. لذلك يلزمك عادة أكثر من ثلاث جلسات لتري التأثير واضحا، وذلك يعتمد على سمك وكثافة الشعر ونوع الليزر المستخدم.

ما الآثار الجانبية لهذا النوع من الليزر؟ إن أهم الآثار الجانبية هو تغير لون الجلد إما بالزيادة

كم من الوقت يستغرق هذا الإجراء؟

يختلف حسب المنطقة، فالوجه يستغرق من عشرين إلى ثلاثين دقيقة، أما الطرفان العلويان فقد يستغرقان ما يقرب من الساعة.

ماذا أفعل بعد الليزر؟

سيكون هناك بعض الاحمرار، وفي القليل من الحالات قد يحدث تورم بسيط مؤقت، لذلك سوف تعطيك الممرضة أكياسا من الثلج لوضعها على أماكن إزالة الشعر لمدة ساعة أو ساعتين وهذا سوف يشعرك بالراحة ويساعد على إزالة الورم. قد يصف لك الطبيب بعض المراهم لاستخدامها لعدة أيام، وكذلك قد يصف لك الطبيب واقيا للشمس لحماية بشرتك.

ما المدة الزمنية بين الجلسات؟ تختلف حسب المنطقة فتكون كل شهر في منطقة الوجه للجلسات الثلاث الأولى، تزيد بالتدريج بعد ذلك. أخيرا فإن الليزر هو الحل الأمثل لأي شخص يزيل الشعر باي من الطرق المعروفة، يعيب الليزر تكلفته العالية إلى حد ما، وذلك بسبب غلاء الأجهزة، ولكنه يظل الطريقة المثلى حتى الآن.



كيف يزيل الليزر الشعر؟

عند توجيه حزمة الليزر ذات الطول الموجي المناسب، والقوة المناسبة، وهذه تختلف حسب لون الجلد وحساسيته، على الشعر، فإن الخلايا الصبيغة في بصليات الشعر وساقها تمتص الطاقة مولدة حرارة كافية لإتلاف البصيلة مما يؤدي إلى إزالة الشعر.

ما الآثار الجانبية لهذا النوع من الليزر؟ إن أهم الآثار الجانبية هو تغير لون الجلد إما بالزيادة

## طرق معالجة تشققات الجلد الناتجة عن الحمل

هذه الخطوط والتشققات ناتجة عن تمدد الجلد أثناء الحمل، وهي تبدأ في منتصف الحمل وتزداد في الشهرين الأخيرين، وسبب تزايدها أسفل البطن مقارنة بالمناطق الأخرى هو أن هذه المنطقة أكثر تعرضاً لتمدد أثناء الحمل وهي غالباً ما تصيب نسبة كبيرة من الحوامل قد تصل إلى 90٪ منهن، ولكن درجة الإصابة بها تختلف من سيدة إلى أخرى، فهناك من تزداد لديها هذه التشققات بطريقة سريعة جداً وكثيرة ومنهن من لا تتعدى أصابتهن عدة خطوط، ويعود ذلك إلى نوعية جلد الحامل وقد تلعب الوراثة دوراً في ذلك، وهي عادة لا تختفي بعد الولادة مباشرة 100٪ ولكنها قد تزول كثيراً عما كانت عليه من قبل، وفي غالب الأحيان تبقى آثارها مدة من الزمن ولذلك عليك:

- العناية بـغذاءك جيداً، عليك الاهتمام بالبروتينات وكثيراً واحرصي على تناولها فهي تساعد على المحافظة على الجلد بشكل جيد وبصحة جيدة.
- احرصي على تناول الأطعمة التي تحتوي على الفيتامينات خاصة فيتامين سي وفيتامين د.
- حاول المداومة على دهن الجلد بالكريمات أو الزيوت المغذية كزيت الزيتون أو زيت جوز الهند وغيرها فالدهن والتدليك سيساعدان على ترطيب الجلد والحد من تشققه.
- لا تنسى القيام والمداومة على التمرينات الرياضية الخاصة بالحمل بشكل عام، فهي تؤثر على صحة جسمك وحيويتها بشكل عام.



## أقنعة طبيعية تساعد في التغلب على حب الشباب

- عصير النعناع: اغسلي الوجه بعصير النعناع الطازج كل ليلة، للتخلص من البثور، وحب الشباب والإكزيما والجرب والكثير من مشاكل البشرة.
- عصير النعناع والكرم: امزجي عصير النعناع مع مسحوق الكرم وضعيه على الوجه لمدة 30 دقيقة، سيصفي الوجه ويضفي بريقاً عليه.
- الثوم لمشاكل البشرة المزممة: اهرسي فصين من الثوم وامسحي بهما الوجه.
- قشرة البرتقال: اطحن قشرة البرتقال مع بعض الماء وضعيها على وجهك، من أفضل العلاجات المنزلية.
- ماء الورد: نظفي الوجه بقطن مبلل بماء الورد.
- عصير الصبار: استعملي عصير الصبار مرتين في اليوم، يساعد الصبار على شفاء الجروح والندب التي يتركها حب الشباب.
- الثلج: ضعي الثلج على البثور الكبيرة المنتفخة وستزول مع الصباح.
- الخيار: اهرسي الخيار واصنعي منه معجوناً، ضعيه على وجهك واتركيه لنصف ساعة سيجدد البشرة وينقيها.

- جوزة الطيب والحليب: اخلطي بعض مسحوق جوزة الطيب مع الحليب وضعيه على المنطقة المصابة. وستختفي البثور دون آثار باذن الله.
- العسل والقرفة: امزجي 3 ملاعق من العسل مع ملعقة قرفة وضعيها على المنطقة المصابة قبل النوم، اغسليها في الصباح، وستختفي البثور ان استخدم هذا القناع بانتظام.
- الحناء مع مستخلص الصبار: تعجن الحناء الحمراء مع مستخلص صبار طبيعي، ثم يزداد عليها ملعقتان كبيرتان من خل التفاح الطبيعي، ويدهن بالخليط مكان ظهور الحبوب في الجسم كالظهر مثلاً. وهذا الماسك يجف سريعاً على الجلد، ويمكن استخدامه ليلاً، ويزال في الصباح، والاستمرار عليه لمدة من 3 إلى 4 أيام يأتي بنتائج مذهلة مع الاستمرار في النظافة المطلقة. وتُمارس هذه العملية مرة يومياً، وهي مفيدة في علاج حبوب الشباب التي تظهر على الجسم، وقد يصعب تطبيقها على بشرة الوجه.



د. فهد الملا

ما أسباب تساقط الشعر وكيفية علاجه؟

- أهم سبب لتساقط الشعر هو نقص الفيتامينات، وهو السبب الرئيسي لمعظم الناس، خاصة السيدة بعد الحمل وبعد الرضاعة، تنقص لديها الفيتامينات فتصاب بتساقط شديد للشعر، وإذا جاء حمل آخر لا يكون الجسم قد عوض نفسه بالفيتامينات فتظل الشعرة في حالة ضعف تام.
- ثانياً، هناك أسباب هرمونية، إذا زادت قليلاً وهي هرمونات الذكورة، وكذلك هرمونات الغدة الدرقية إذا حدث بها اضطراب سواء كان زيادة أو نقصان.
- وضع الكيراتين على الشعر أو استخدام السشوار لفترات طويلة وباستمرار، تعريض الشعر لمشاكل كيميائية وصدمات فهي تحتوي على النشادر التي تسبب تلف الشعر وتسبب تساقطه وتلفه ما يجعل بصيلة الشعر في اضطراب.
- العلاج يكون بإجراء تحاليل لمعرفة السبب وعلاجه، وفي حياة الشعر، يتم العلاج.

أعراض مع تقدمهم في العمر، يمكن أخذ اختبار «كاردبوشور» في أي عمر، وهو اختبار جيني يقيم مخاطر الإصابة بأمراض القلب والنوبات القلبية الخاصة بك قبل حدوثها، الاختبار مبني على بحوث تم تنفيذها في الولايات المتحدة وكندا وكان عنوان الصحف والعناوين الرئيسية في عام 2011.

إحدى النتائج الرئيسية لهذه الدراسة أنه إذا كنت تملك واحدة أو أكثر من محددات المخاطر الجينية الشديدة، فإن الخطر المحيط بك في حدوث النوبات القلبية والتي ينتج عنها الموت في 50٪ من الحالات يزيد كثيراً ومع ذلك اكتشف أيضاً أنه من خلال تدخلات بسيطة وفعالة يمكنك الحد من مخاطر الإصابة بالنوبات القلبية والعودة إلى الحياة الطبيعية، حتى لو كنت حاملاً لإحدى هذه الطفرات.

على سبيل المثال، هؤلاء الذين يحملون متغيراً وراثياً محددًا، «اس ان بي» ومن يتبعون نظاماً غذائياً غير غني بالفواكه والخضراوات، يكونون معرضين لخطر كبير لنوبات القلب، أكثر من هؤلاء الذين ليس لديهم متغير يسمى «2383206».

ومع ذلك الذين يحملون «238206» أو «اس» والذين خضعوا لحمية بسيطة كانت نسبة إصابتهم بالنوبات القلبية قليلة جداً.

توجد أيضاً أشياء أخرى غير التدخين، وارتفاع الكوليسترول وضغط الدم والتي تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب، ولكن لا نستطيع تغييرها وهي تكمن في تاريخ عائلتنا الطبي وجيناتنا، وهذا ما يجعل «كاردبوشور» أداة قوية لتقييم الخطر المتعلق بك، واقتراح أفضل السبل والوسائل للتعامل معه.

كثيراً جداً في بعض الأماكن من الجلد فكانت النتيجة أن الاستعمال الكثير لبعض هذه الوسائل حدث بها تغير في الجلد نفسه لكن مع الليزر لم يحدث ذلك لأنه آمن جداً على الجلد، إذا استخدم بطريقة صحيحة وبعد جلسات للشعر إلى أن يختفي بعد ذلك.

معالجة الليزر

كم من الوقت تستغرقه المعالجة؟

- على حسب المنطقة المعالجة فمثلاً منطقة الوجه ربما تأخذ ربع ساعة إلى نصف ساعة جلسة كاملة من بداية دخول المريضة الغرفة إلى مغادرتها.

ماذا يمكن توقعه بعد المعالجة؟

- إحمرار وليس كل المريضات يحدث معهن إحمرار لأن جلسات الليزر المتطورة الآن يوجد معها التبريد القوي الذي يقلل من الاحمرار الذي كان يظهر سابقاً من الأجهزة القديمة. ويمكننا معالجة هذا الاحمرار بعمل كمادات ماء بارد أو ثلج خفيف للبشرة بعدها نضع كريمات خفيفة، لتخفيف اللون الأحمر الموجود ونضع واقياً للشمس حتى لا تتعرض للرضة للشمس بعد الليزر لخطورته على بشرتها وتطلب منها عدم وضع مكياج.

هل صاحبة البشرة السوداء يمكنها استخدام جهاز الليزر لازالة الشعر؟

- ليس كل أنواع الليزر تفيد معها، لذلك نخبري اختياراتاً قبل استخدام الليزر فالميلانين الموجودة بالبصيلة تمتص ضوء الليزر والميلانين الموجود في الجلد أيضاً يمتص الضوء فالبشرة سوداء والميلانين موجود أيضاً في البشرة، وبالتالي سيمنص الليزر، وفي هذه الحالة ستشعر المريضة بالألم، لذلك يجب إجراء اختبار لها ونرى مدى تقبلها لهذا الأمر وبعد يوم تراجعنا إذا سارت الأمور تماماً نكمل معها الجلسات.

المرأة الحامل.. والليزر

هل يمكن استخدام ليزر إزالة الشعر للمرأة الحامل؟

- الليزر ضوء وليس أشعة وهناك أجهزة تبث أشعة وهي ممنوعة على المرأة الحامل فهناك ضوء يمكننا استخدامه ولكن هناك بعض المناطق للمرأة الحامل إذا اجريت بها ليزر، فساعرضها للحرارة وليس لضوء الليزر وهذا خطر ومن هنا تأتي

العوامل الجوية أيضاً من العوامل الأساسية التي تزيد من وجود الحساسية أو الإكزيما، فالجفاف يزيد من جفاف الجلد، وكلما كنا في مكان رطب ساعد ذلك على رطوبة الجلد، ولكن عندما يكون الجو جافاً يساعد ذلك على جفاف الجلد أكثر، وكلما زاد الجفاف تسبب في وجود حكة والحكة تبدأ معها التشققات في الجلد.

الحساسية عند الأطفال

معظم حساسيات الأطفال يكون سببها الطعام أو الحبوب، كان يكون مع الطفل في المنزل قطة أو أرنب أو طير.

العلاج يبدأ بالبعد عن السبب ثم إعطاء مرطبات للجفاف الشديد الموجود، ثم تعطي العلاجات لأنها تعالج العرض الموجود، فمادام السبب موجوداً تستظل الحساسية موجودة ولن تزول.

لدينا تحاليل للحساسية عن طريق الدم وعن طريق الجلد، فعن طريق الدم نستطيع معرفة تحسس المريض من أي طعام.

تتعرض البشرة في الصيف إلى حرارة الشمس فيحدث تبعث بها، فكيف يمكن تجنب وعلاج ذلك؟

- لأن الشمس عندنا قوية فتسبب الشمس عند بعض البشرات الفاتحة وتكون تبقعات صغيرة أو تكون على هيئة كتلة من اللون كبيرة.

كريم الحماية فوق 50 درجة

للمحافظة على البشرة نستعمل كريم الحماية ويجب أن نختار معدل الحماية من 50 درجة فما فوق، لأن أقل من 50 درجة لا يفيد، فهذا الرقم معناه أن كريم الحماية يظل على البشرة حوالي ساعة أو أقل، والمطلوب أن نضعه كل ساعتين لأن كريم الحماية يوضع على البشرة بطبقة حوالي 2 ملم أو أكثر، ومعظم كريمات الحماية لا توضع بهذه الكمية، لكي لا تعطى لونا، فنضع طبقة اخف قليلاً، وبالتالي لا نصل إلى درجة الحماية العالية التي من المفترض أن يعمل عليها الكريم، فنضع طبقة أقل قليلاً حتى لا تعطى لونا بشكل واضح، فهنا لا نأخذ درجة الحماية العالية من الكريم كما نلصق، فالمطلوب تكرار وضع الكريم على البشرة مادام الشخص في الخارج معرضاً للشمس، هذا أولاً، وثانياً

استخدام المواد التي تعكس تأثير أشعة الشمس لأنه وجد أن هناك ضرراً من أشعة الشمس، فنستطيع أن نعكسها عن طريق مضادات الأكسدة، وهذه غنية جداً في بعض المواد كالفاكهة و«فيتامين سي»، وفاكهة الكيوي، وكل الفاكهة الغامقة اللون، كالعنب الأسود والعنب الأحمر والتوت، فإذا تناولناها تناولنا أي فاكهة منه طوال اليوم، فيجب أن يكون الجسم به مضادات الأكسدة هذه، حتى إذا تعرض الشخص للشمس تكون هناك وقاية من التأثير الضار لأشعتها، هذا بالنسبة للوقاية، أما إذا تكون اللون فهناك علاجات له، فإذا وجد النمش يوجد أكثر من طريقة للعلاج، فكريات التفتيح تستخدم عميق، لذلك نستخدم التقشير أو الكي بالكهرباء، فيختفي ولكن بعض الناس يكون لديهم استعداد لتكوينه مرة أخرى، ولكن يحتاج إلى محافظة عن طريق كريمات التفتيح.

الميزوثيرابي لتفتيح البشرة

هناك الميزوثيرابي للتفتيح، وتوحيد اللون، وهي عبارة عن مواد طبيعية تحقن بالبشرة، فمعظمها يحتوي على فيتامين «سي» المضاد للأكسدة، ناهيك عن الكريبات، وهناك التقشير الكيميائي، وهو مواد مصنوعة من أحماض الفواكه التي تقشر البشرة وتعمل على تفتيحها.

هناك أيضاً التقشير الكريستالي عن طريق ماكينة تزيل الطبقة الخارجية للبشرة وبالتالي تزيل اللون الموجود في الطبقة الخارجية.

العوامل الجوية أيضاً من العوامل الأساسية التي تزيد من وجود الحساسية أو الإكزيما، فالجفاف يزيد من جفاف الجلد، وكلما كنا في مكان رطب ساعد ذلك على رطوبة الجلد، ولكن عندما يكون الجو جافاً يساعد ذلك على جفاف الجلد أكثر، وكلما زاد الجفاف تسبب في وجود حكة والحكة تبدأ معها التشققات في الجلد.

الحساسية عند الأطفال

معظم حساسيات الأطفال يكون سببها الطعام أو الحبوب، كان يكون مع الطفل في المنزل قطة أو أرنب أو طير.

العلاج يبدأ بالبعد عن السبب ثم إعطاء مرطبات للجفاف الشديد الموجود، ثم تعطي العلاجات لأنها تعالج العرض الموجود، فمادام السبب موجوداً تستظل الحساسية موجودة ولن تزول.

لدينا تحاليل للحساسية عن طريق الدم وعن طريق الجلد، فعن طريق الدم نستطيع معرفة تحسس المريض من أي طعام.

تتعرض البشرة في الصيف إلى حرارة الشمس فيحدث تبعث بها، فكيف يمكن تجنب وعلاج ذلك؟

- لأن الشمس عندنا قوية فتسبب الشمس عند بعض البشرات الفاتحة وتكون تبقعات صغيرة أو تكون على هيئة كتلة من اللون كبيرة.

كريم الحماية فوق 50 درجة

للمحافظة على البشرة نستعمل كريم الحماية ويجب أن نختار معدل الحماية من 50 درجة فما فوق، لأن أقل من 50 درجة لا يفيد، فهذا الرقم معناه أن كريم الحماية يظل على البشرة حوالي ساعة أو أقل، والمطلوب أن نضعه كل ساعتين لأن كريم الحماية يوضع على البشرة بطبقة حوالي 2 ملم أو أكثر، ومعظم كريمات الحماية لا توضع بهذه الكمية، لكي لا تعطى لونا، فنضع طبقة اخف قليلاً، وبالتالي لا نصل إلى درجة الحماية العالية التي من المفترض أن يعمل عليها الكريم، فنضع طبقة أقل قليلاً حتى لا تعطى لونا بشكل واضح، فهنا لا نأخذ درجة الحماية العالية من الكريم كما نلصق، فالمطلوب تكرار وضع الكريم على البشرة مادام الشخص في الخارج معرضاً للشمس، هذا أولاً، وثانياً

كثيراً جداً في بعض الأماكن من الجلد فكانت النتيجة أن الاستعمال الكثير لبعض هذه الوسائل حدث بها تغير في الجلد نفسه لكن مع الليزر لم يحدث ذلك لأنه آمن جداً على الجلد، إذا استخدم بطريقة صحيحة وبعد جلسات للشعر إلى أن يختفي بعد ذلك.

معالجة الليزر

كم من الوقت تستغرقه المعالجة؟

- على حسب المنطقة المعالجة فمثلاً منطقة الوجه ربما تأخذ ربع ساعة إلى نصف ساعة جلسة كاملة من بداية دخول المريضة الغرفة إلى مغادرتها.

ماذا يمكن توقعه بعد المعالجة؟

- إحمرار وليس كل المريضات يحدث معهن إحمرار لأن جلسات الليزر المتطورة الآن يوجد معها التبريد القوي الذي يقلل من الاحمرار الذي كان يظهر سابقاً من الأجهزة القديمة. ويمكننا معالجة هذا الاحمرار بعمل كمادات ماء بارد أو ثلج خفيف للبشرة بعدها نضع كريمات خفيفة، لتخفيف اللون الأحمر الموجود ونضع واقياً للشمس حتى لا تتعرض للرضة للشمس بعد الليزر لخطورته على بشرتها وتطلب منها عدم وضع مكياج.

هل صاحبة البشرة السوداء يمكنها استخدام جهاز الليزر لازالة الشعر؟

- ليس كل أنواع الليزر تفيد معها، لذلك نخبري اختياراتاً قبل استخدام الليزر فالميلانين الموجودة بالبصيلة تمتص ضوء الليزر والميلانين الموجود في الجلد أيضاً يمتص الضوء فالبشرة سوداء والميلانين موجود أيضاً في البشرة، وبالتالي سيمنص الليزر، وفي هذه الحالة ستشعر المريضة بالألم، لذلك يجب إجراء اختبار لها ونرى مدى تقبلها لهذا الأمر وبعد يوم تراجعنا إذا سارت الأمور تماماً نكمل معها الجلسات.

المرأة الحامل.. والليزر

هل يمكن استخدام ليزر إزالة الشعر للمرأة الحامل؟

- الليزر ضوء وليس أشعة وهناك أجهزة تبث أشعة وهي ممنوعة على المرأة الحامل فهناك ضوء يمكننا استخدامه ولكن هناك بعض المناطق للمرأة الحامل إذا اجريت بها ليزر، فساعرضها للحرارة وليس لضوء الليزر وهذا خطر ومن هنا تأتي

كلف الديدن يأتي من كثرة التعرض للشمس أو من أسباب هرمونية داخلية في الجسم.. والتفتيش الكيميائي يزيله

استعمال ماكينة الحلاقة كثيراً من الأمور التي تحفز على نمو الشعر



كثيراً جداً في بعض الأماكن من الجلد فكانت النتيجة أن الاستعمال الكثير لبعض هذه الوسائل حدث بها تغير في الجلد نفسه لكن مع الليزر لم يحدث ذلك لأنه آمن جداً على الجلد، إذا استخدم بطريقة صحيحة وبعد جلسات للشعر إلى أن يختفي بعد ذلك.

معالجة الليزر

كم من الوقت تستغرقه المعالجة؟

- على حسب المنطقة المعالجة فمثلاً منطقة الوجه ربما تأخذ ربع ساعة إلى نصف ساعة جلسة كاملة من بداية دخول المريضة الغرفة إلى مغادرتها.

ماذا يمكن توقعه بعد المعالجة؟

- إحمرار وليس كل المريضات يحدث معهن إحمرار لأن جلسات الليزر المتطورة الآن يوجد معها التبريد القوي الذي يقلل من الاحمرار الذي كان يظهر سابقاً من الأجهزة القديمة. ويمكننا معالجة هذا الاحمرار بعمل كمادات ماء بارد أو ثلج خفيف للبشرة بعدها نضع كريمات خفيفة، لتخفيف اللون الأحمر الموجود ونضع واقياً للشمس حتى لا تتعرض للرضة للشمس بعد الليزر لخطورته على بشرتها وتطلب منها عدم وضع مكياج.

هل صاحبة البشرة السوداء يمكنها استخدام جهاز الليزر لازالة الشعر؟

- ليس كل أنواع الليزر تفيد معها، لذلك نخبري اختياراتاً قبل استخدام الليزر فالميلانين الموجودة بالبصيلة تمتص ضوء الليزر والميلانين الموجود في الجلد أيضاً يمتص الضوء فالبشرة سوداء والميلانين موجود أيضاً في البشرة، وبالتالي سيمنص الليزر، وفي هذه الحالة ستشعر المريضة بالألم، لذلك يجب إجراء اختبار لها ونرى مدى تقبلها لهذا الأمر وبعد يوم تراجعنا إذا سارت الأمور تماماً نكمل معها الجلسات.

المرأة الحامل.. والليزر

هل يمكن استخدام ليزر إزالة الشعر للمرأة الحامل؟

- الليزر ضوء وليس أشعة وهناك أجهزة تبث أشعة وهي ممنوعة على المرأة الحامل فهناك ضوء يمكننا استخدامه ولكن هناك بعض المناطق للمرأة الحامل إذا اجريت بها ليزر، فساعرضها للحرارة وليس لضوء الليزر وهذا خطر ومن هنا تأتي

العوامل الجوية أيضاً من العوامل الأساسية التي تزيد من وجود الحساسية أو الإكزيما، فالجفاف يزيد من جفاف الجلد، وكلما كنا في مكان رطب ساعد ذلك على رطوبة الجلد، ولكن عندما يكون الجو جافاً يساعد ذلك على جفاف الجلد أكثر، وكلما زاد الجفاف تسبب في وجود حكة والحكة تبدأ معها التشققات في الجلد.

الحساسية عند الأطفال

معظم حساسيات الأطفال يكون سببها الطعام أو الحبوب، كان يكون مع الطفل في المنزل قطة أو أرنب أو طير.

العلاج يبدأ بالبعد عن السبب ثم إعطاء مرطبات للجفاف الشديد الموجود، ثم تعطي العلاجات لأنها تعالج العرض الموجود، فمادام السبب موجوداً تستظل الحساسية موجودة ولن تزول.

لدينا تحاليل للحساسية عن طريق الدم وعن طريق الجلد، فعن طريق الدم نستطيع معرفة تحسس المريض من أي طعام.

تتعرض البشرة في الصيف إلى حرارة الشمس فيحدث تبعث بها، فكيف يمكن تجنب وعلاج ذلك؟

- لأن الشمس عندنا قوية فتسبب الشمس عند بعض البشرات الفاتحة وتكون تبقعات صغيرة أو تكون على هيئة كتلة من اللون كبيرة.

كريم الحماية فوق 50 درجة

للمحافظة على البشرة نستعمل كريم الحماية ويجب أن نختار معدل الحماية من 50 درجة فما فوق، لأن أقل من 50 درجة لا يفيد، فهذا الرقم معناه أن كريم الحماية يظل على البشرة حوالي ساعة أو أقل، والمطلوب أن نضعه كل ساعتين لأن كريم الحماية يوضع على البشرة بطبقة حوالي 2 ملم أو أكثر، ومعظم كريمات الحماية لا توضع بهذه الكمية، لكي لا تعطى لونا، فنضع طبقة اخف قليلاً، وبالتالي لا نصل إلى درجة الحماية العالية التي من المفترض أن يعمل عليها الكريم، فنضع طبقة أقل قليلاً حتى لا تعطى لونا بشكل واضح، فهنا لا نأخذ درجة الحماية العالية من الكريم كما نلصق، فالمطلوب تكرار وضع الكريم على البشرة مادام الشخص في الخارج معرضاً للشمس، هذا أولاً، وثانياً