

د.محمد سعد أبوعباس لـ «الانباء»: 60% ممن يضعون «التان».. ويتعرضون للشمس قد يصابون بسرطان الجلد

كثبت: زينب أبو سيدو

مع ارتفاع درجة حرارة الطقس والشمس الساطعة يتعرض الجلد لكثير من المشكلات، ويحتاج منا الى عناية خاصة. وخلال لقائنا مع اخصائي الأمراض الجلدية والتجميل وزراعة الشعر د.محمد سعد ابوعباس شدد على ان 60% ممن يضعون مادة «التان» على جلودهم، ويتعرضون للشمس قد يصابون بسرطان الجلد، وهي نسبة كبيرة جدا، كما أكد ان مادتي الكولاجين والكيراتين تسببان تساقطا شديدا في الشعر، فمادة الفورمالين الموجودة في الكيراتين تسبب موت الشعر.

وحول العناية بالأظافر أوصى بعدم إزالة الجلد الميت حولها لأنه يحفظها ويحميها، ناصحا السيدات بحمل أدواتهن معهن إلى صالونات التجميل لئلا تنتقل إليهن أية عدوى مرضية.

وحول العناية بالشعر حذر من الصبغة التي تحتوي مادة الأمونيا لأنها تدمر الشعر وتسبب تقصفه وتساقطه، مشيرا إلى أن العلاج السليم للشعر هو التغذية ويمكن معالجة مشاكله بإبر البلازما أو الميزوثيرابي، مؤكدا أن أفضل طريقة لإزالة الشعر غير المرغوب بوجوده هو الليزر لأنه آمن تماما ولا يسبب أية مضاعفات، فإلى التفاصيل:



د.محمد سعد أبوعباس
إخصائي الأمراض الجلدية
والتجميل وزراعة الشعر
يرد على أسئلة القراء

والابتعاد عن مسببات التلف عليك بمعالجة الشعر سواء بإبر البلازما أو الميزوثيرابي التي تنشط بصيلة الشعر.

سليمة: عندي تشابك شديد بشعري ولا أستطيع فكه، وهذا حدث بشكل مفاجئ فما السبب؟
● تشابك الشعر لا يحدث إلا بعد استعمال مواد كيميائية كالصبغات والكيراتين، وغيره يسبب سماكة الشعر، فيثقل ويصبح خشنا ويحدث التشابك.

علاج الشعر بالبلازما

رغدة: تعاني اختي من تساقط الشعر، زارت الطبيب واعطاهم الكثير من الادوية لكن لم تؤثر معها في العلاج وعرفنا ان هناك حقنا اسمها الميزوثيرابي وهي علاج للتساقط، وتحقن في الرأس فسؤاها هل لها تأثير فعال وهل لها اضرار على الرأس؟
● الميزوثيرابي هي التقنية القديمة لتحسين هيئة الشعر وتوقف التساقط، وتعطي تغذية للشعر باعطاء ابر فيتامين، تحقن بطبقة معينة من الجلد لتحسينه واعطاء تغذية له.

في الوقت الحالي استبدلت هذه التقنية بإبر البلازما وهي عبارة عن عينة من الدم توضع بجهاز خاص وناخذ منها البلازما الغنية، وتحقن في فروة الرأس وهي أحدث تقنية لعلاج تساقط الشعر وهي بديلة عن الميزوثيرابي وهي تغذي الشعر وليس لها

ويزيد بالصيف؟
● علاجها يكون باستخدام شامبو طبي متخصص بالقشرة وتجنب دائما التعرض للحرارة لأنه من أهم أسباب القشرة هو التعرق، فهو يعمل على وجود طبقة على فروة الرأس تسبب القشرة، فعليها ان تضع الشامبو على فروة الرأس لمدة خمس الي سبع دقائق ثم تشطفه بالماء العادي لمدة اربعة عشر يوما، بعد ذلك نضعه مرتين بالاسبوع للوقاية.

خطر الصبغة

سهام: شعري تلف كثيرا بسبب الصبغات والفرد، كيف أعيد ترميمه ليعود الى ما كان عليه؟ وكيف اجعله يطول ويكون صحيا؟ مع العلم ان شعري في السابق كان كثيفا والآن هو ضعيف ولا ينمو ابدا.

● اولاً تغذية الشعر تبدأ من الفم، لا توجد تغذية خارجية، فالوقاية خير من العلاج وابتعد عن مسببات تلف الشعر من غير سشوار وصبغات، وخصوصا الصبغة التي تحتوي على امونيا، فهذه تدمر الشعر تماما وتسبب قصه وتساقطه، وإذا حدث تقصف في الشعر، فليس له علاج إلا قصه اما اذا كان شعرك ضعيفا فاهتمي بتناول الخضراوات وخصوصا الورقيات، اهتمي ايضا بالفواكه، وخصوصا الحمضيات كالليمون والبرتقال لأنها تسهل امتصاص المعادن بعكس الشاي الذي يكسر الحديد وبعد الاهتمام بالتغذية،



على الحامل تجنب الأدوية إلى ما بعد الولادة

فيها تमित الشعر، ويعض السيدات تصاب شعورهن بتشابك شديد خصوصا مع الكولاجين لأنه يسبك ويخن الشعر ويصل به الى درجة الجفاف.

يقال انه علاج للشعر بطريه ثم ينعمه.
● هذا ليس له دلالة علمية بل يؤذي الشعر اكثر مما ينفعه.

آمال: ابنتي عمرها 17 سنة وعندها قشرة بالشعر ولم ينفع معها شامبو أو علاج

البحر بحدود نصف الساعة، ولكن للأسف الواقي الشمسي لا يتحمل اساسا البحر.

الكيراتين يدمر الشعر

تريد ابنتي ان تعمل كولاجين، فهل هو علاج للشعر؟
● الآن ضمن الموضة التي تتبعها الفتيات استخدام الكولاجين والكيراتين، وهما يؤذيان الشعر، بعد فترة يصاب الشعر بتساقط شديد جدا وأتمنى تجنب الكولاجين والكيراتين خصوصا الكيراتين الذي يحتوي على مادة الفورمالدهيد او الفورمالين،

الجسم ثم يعرض للشمس ليعطي صبغة، وهو مادة كيميائية خطيرة جدا على الجلد، فهناك نسبة 60% يصابون بسرطان الجلد، لذلك تجنبي تماما التان او المواد التي تسحب الضوء وهي وضع مادة على الجلد لزيد من امتصاص الضوء الى الجسم ولكن البخاخ أفضل.

مخاطر «التان»

كيف نحمي بناتنا من ذلك؟
● عند الذهاب الى البحر تجنبي الشمس بين الساعة 11 صباحا و4 مساء، وضعن واقي شمس قبل النزول الى

الكولاجين والكيراتين يعرضان الشعر إلى تساقط شديد

فالكيراتين يحتوي على الفورمالين الذي يميت الشعر.. والكولاجين يجففه

الأفضل عدم إزالة الجلد الميت حول الأظافر لأنه يحفظها..

وعلى المرأة أن تحمل أدواتها معها إلى الصالون

التعرق يعمل على وجود طبقة على فروة الرأس تسبب القشرة وعلاجه وضع شامبو طبي متخصص

أم عباس: عندما نقوم بعمل باديكير ومانكير في الصالون، نزيل الجلد الميت، ولكنه يعود مرة أخرى فلماذا؟

● بالنسبة لهذا الجلد أفضل عدم إزالته، لأنه يحفظ الأظافر، ونصحتي لك عندما تذهبن إلى الصالون احملي أدواتك معك، وعندما تعودين عليك أن تغليها تماما. للأسف جاءتني إحدى السيدات كانت أجرت باديكير ومانكير في أحد الصالونات فظهر لها ثالوث تحت الأظافر بسبب التقاطها عدوى فيروس من مبرد كانت استعملته الكوافيرة لأحدى السيدات، وعلاجه الوحيد هو خلع الظفر.

هل هناك مادة تعمل على تقوية الأظافر؟
● تقوية الأظافر تأتي من الداخل وليس من الخارج كالشعر تماما، فتركيب الأظافر كتركيب الشعر من البروتين وتغذيتهم تأتي من طريق المعدة، من التغذية وليس كبريات خارجية، فركزي على الورقيات وفي الفواكه ركزي على الحمضيات.

سمعت عن زيت للشعر يعمل منه كبسولات وخلطات واسمه ماكدينيا، فهل هو ممتاز للشعر؟
● للشعر يفضل استعمال ثلاثة انواع من الزيوت هي زيت اللوز المر وزيت الخروع وزيت الزيتون تخلط بمقادير متساوية دون حفظ لأنها

اسمرار البشرة

أم عصام: أعاني من اسمرار البشرة في مكان الشعر، حتى بعد إزالته، هل إزالة الشعر بالنبضات الضوئية تحل المشكلة؟

● جهاز النبضات الضوئية مختلف تماما عن الليزر ونتائجه أضعف في الكفاءة من الليزر في إزالة الشعر. انتقاء جهاز الليزر يجب أن يكون على حسب لون البشرة وإزالة الشعر بالنبضات الضوئية تخفف من الشعر وبالتالي تخفف من الصبغة، ولكن الشعر لا يختفي كلياً. هل إزالة الشعر بالنبضات الضوئية طريقة آمنة؟
● طريقة آمنة عليك واختيار المكان المناسب، والطبيب المناسب ولكن فعاليته أقل نوعاً من الليزر الاعتيادي. ما الفترة التي يجب أن أتركها بين الجلسات؟
● شهر ما بين الجلسة والأخرى وإذا وجدنا أن البشرة لم تعد تستجيب للعلاج، نمد المسافة إلى شهر ونصف الشهر. كم من الوقت تستغرقه جلسة إزالة الشعر بالنبضات الضوئية؟

● الليزر أفضل من النبضات الضوئية فجلسة الليزر تعتمد على المكان فكلما اتسع المكان احتجنا وقتاً أطول وهذا يعتمد أيضاً على سرعة الليزر. هناك أجهزة ليزر سرعتها عالية فتزيل الشعر بسرعة، وكلما كان الليزر سريعاً فإن إزالة الشعر تكون أسرع، وكلما كانت نوعية الليزر بطيئة كانت إزالة الشعر ببطء. ولكن لا أفضل أن يكون سريعاً أو بطيئاً، لأنه إذا مر سريعاً ربما ترك أماكن من دون إزالة، وكلما كان بطيئاً أطل أكثر، فيفضل أن يكون في درجة متوسطة، على سبيل المثال، الظهر مثلاً ربما يحتاج إلى نصف ساعة واليد الواحدة ربما تحتاج نصف ساعة وهذا يعتمد على سرعة الجهاز وسرعة الطبيب.

البحر.. والتسمير..

والبرونزاج



نصح د.محمد سعد أبوعباس السيدات بعدم اللجوء لتسمير الجلد أثناء ذهابهن إلى البحر ولا حتى عبر الجهاز الموجود بالعيادات لأن الدراسات الحديثة أثبتت أن ما يعادل 60% من الذين يستخدمونه يمكن إصابتهم بسرطانات الجلد، فالجوء إلى البرونزاج

يؤدي الجلد لأن الصبغة تنزل على كامل الجسم ويصاب الجلد بحرقه وربما يحدث تطور يؤدي إلى التهاب جلدي ضوئي، نتيجة التعرض للضوء، والعلاج يكون بحقن كورتيزون لتخفيف التهيج الشديد الذي يصيب الجلد.



على الحامل تجنب أي أدوية لأنها قد تحدث بعض المشاكل الهرمونية نتيجة الخلل الهرموني أثناء الحمل



الصبغة التي تحتوي على أمونيا تدمر الشعر

في اليوم، والخلل الجلدية تزيد بسبب التعرق والحرارة في الصيف وتختفي بالشتاء ومع تقدم العمر.

علاج الجدي بالليزر

أم يعقوب: عمري 21 عاما واعاني من آثار جدي الماء ولا تزال بعض آثاره في جسمي، اعاني ايضا من خطوط بيضاء، فهل يوجد حل؟

● بالنسبة لآثار حب الجدي علاج الليزر اسمه «فراكتشيانال ليزر»، ويكون تقريبا ثلاث جلسات كل شهر جلسة، يرمم الجلد بنسبة 60 الى 70٪، فيحدث امتلاء للمنطقة المصابة وكذلك خطوط الحمل او خطوط السمنة فعلاجها ايضا بالفراكتشيانال ليزر.

عبدالله: لدي حساسية جلدية بدأت تظهر في مؤخرتي عبارة عن حبوب حمراء كثيرة، وبعدها تنقلت مضادات الحساسية اخفقت بسرعة، وبعدها اصبحت تاتي في مفاصل يدي وركبتي، اجريت تحليل وفحوصات اظهرت اني اعاني من حساسية مفردة؟

● الحساسية لها اكثر من سبب، فهناك مصادر داخلية تنشأ عن الطعام، اما المصادر الخارجية فتكون من غبار الطلع أو الغبار العادي، وليس لها علاج الا تجنب مسببات الحساسية.

عبدالله: لدي حساسية جلدية بدأت تظهر في مؤخرتي عبارة عن حبوب حمراء كثيرة، وبعدها تنقلت مضادات الحساسية اخفقت بسرعة، وبعدها اصبحت تاتي في مفاصل يدي وركبتي، اجريت تحليل وفحوصات اظهرت اني اعاني من حساسية مفردة؟

● الحساسية لها اكثر من سبب، فهناك مصادر داخلية تنشأ عن الطعام، اما المصادر الخارجية فتكون من غبار الطلع أو الغبار العادي، وليس لها علاج الا تجنب مسببات الحساسية.

الصبغة التي تحتوي

على أمونيا تدمر

الشعر وتسبب تقصفه

وتساقطه وعلاجه

التغذية وإبر البلازما

والميزوثيرابي

جهاز إزالة الشعر

بالليزر ليس له

مخاطر أو أضرار

ولا يسبب السرطان

وهو آمن



البقع الحمراء قد

تظهر على الجلد

بسبب الحيوانات

والقطط.. أو بسبب

أرتكاريا نتيجة تناول

غذاء يسبب طفحاً

جلدياً



(هاني الشمري)

بشدة، وهذا يحدث في فصل الصيف فقط عندما اعرق في المنزل، اما في الخارج فلا أشعر بها، ولا تهدأ الا اذا اخذت حماما ساخنا.

● هذا مرض جلدي اسمه الخالية وهو فعلا يزيد في الصيف وغير معد، ولا يسبب اي انتقال بين العائلة، عليك استخدام شامبو له علاقة بكريم موضعي فطري يوضع على فروة الرأس من خمس الي سبع دقائق وينزل على الجسم ليسير على كل الاماكن التي بها فطريات اضافة الى استعمال كريم الفطريات مرتين

حدث بعض المشاكل الهرمونية نتيجة الخلل الهرموني الذي يحدث مترافقا مع الحمل، فعليك تجنب اي ادوية وانتظري نهاية الحمل لتبشيري العلاج.

دعاء: عمري 29 عاما، وعندي زيادة في الوزن، اعاني من وجود حبوب صغيرة في كتفي لونها بني فاتح منذ ان كان عمري 16 عاما تقريبا ولم اكن اعاني سوى من شكلها فقط، لكن منذ 4 سنوات انتشرت هذه الحبوب في ظهري ايضا، وتهرشي

الحالة يجب مراجعة طبيب الجلدية لمعرفة السبب الاساسي، وهناك احتمال وجود ارتكاريا نتيجة تناولك غذاء معين اصابك بطفح جلدي فلا يمكن معرفة السبب دون مراجعة طبيب الجلدية لتشخيص ذلك.

منع الادوية عن الحامل

ام خالد: ازداد ظهور الحبوب عندي منذ بداية الحمل، وخصوصا في منطقة الصدر، وهذا اول حمل لي، فما السبب؟ وما العلاج؟ ● بالطبع مع الحمل يجب

وأخذت علاج عبارة عن مرهم موضعي، تحسنت عليه ولكن لاحظت بانها تتزايد، وتظهر في اماكن اخرى متفرقة من الجسم، فما الحل الجدي لهذه المشكلة، مع العلم انه يوجد في العائلة شخص مصاب، فكيف يمكن تفادي العدوى؟

● اولا، عليك مراجعة طبيب

الجلدية لتحديد الحالة لأنه ربما يكون هناك اكثر من سبب ومن ضمنها التعرض للحيوانات والقطط، يترافق ذلك باصابتك بصلع موضعي، الغلبة البقعية، وفي هذه

تنصحني باستخدام جهاز إزالة الشعر علما بان الشعر بدأ يزداد عندي فجأة؟

● نعم انصحك باستخدام جهاز إزالة الشعر بالليزر فليس له مخاطر أو أضرار ولا يسبب سرطان وهو آمن، عليك اختيار الجهاز الجيد والمكان الجيد.

أم محمد: ما هو علاج حب الشباب؟

● عليك إجراء تحاليل لمعرفة إذا كانت هناك أية مشاكل هرمونية لمعالجتها، وابتعد عن الأغذية الحارة، كاللؤلؤ والبهارات وكذلك الشوكولا والدهون فهي من أهم الأسباب حاليا التي تسبب ظهور الحبوب.

كما عليك أن تتجهي لبعض أدوية المضاد الحيوي، فمن ضمن العلاجات السائلة هناك أقراص تجفف الدهون ولكن لها علاقة بفيتامين (أ) وهي لها مشكلتها أنها تؤثر على الكبد وتسبب توهجات في الأجنة مستقبلا لذلك يفضل أن تستخدمي غسول منزلي كريم للبشرة، وحبوب مضاد حيوي، فهذا أهم علاج لحب الشباب إضافة إلى تجنب الأسباب الأساسية لظهور حب الشباب كما ذكرت، وهي الأطعمة الحارة والشوكولا والدهون وتجنبني الشمس والحرارة والعامل النفسي.

بقع جلدية حمراء

أم فراس: اعاني من بقع حمراء على الجلد، تم تشخيصها بانها من القطط

بعض أسباب

بعض أسباب

مضار أو مضاعفات جانبية أو أية مشاكل.

إيمان: أنا فتاة عمري 15 سنة وأعاني من ظهور شعر أبيض في رأسي، فما السبب وما العلاج؟

● العامل الوراثي أهم الأسباب وهو يلعب دورا كبيرا في ظهور الشعر الأبيض، وأيضا الأصباغ والمواد الكيميائية الشعر تتلف وتسرع من ظهور الشيب، وكذلك التوتر، وللأسف ليس له علاج إلا الصبغة.

الليزر ليس له عمر

أم أحمد: ابنتي عمرها 14 سنة ولاحظت وجود شعر كثيف على وجهها فهل يصلح الليزر لها، وما هو العمر المفضل للليزر؟

● يجب أولا أن نعرف سبب زيادة الشعر بالجسم فهو من أهم الأسباب الهرمونية فتجربى لها تحاليل ثم تلجأ إلى إزالة الشعر بالليزر، وإزالته لا يسبب أي مشكلة، والليزر ليس له عمر محدد فأي شخص يستطيع إزالة الشعر بالليزر ويكون فقط تحت إشراف طبي.

ودائما تكون هناك جلسات لليزر ولا يزال الشعر من الجلسة الأولى بل يحتاج إلى ست جلسات تقريبا بعدها إذا ظهر الشعر يظهر بوبر خفيف أو شعر بسيط.

خديجة: عمري 32 سنة، وعندي 3 أطفال فهل

شد ترهلات الجسم

ابتسام: هل هناك كريم لشد ترهلات الجسم، ويكون سريع المفعول، ويساعد على القضاء على الخطوط البيضاء، وتجانس لون الجسم، وهل الصابون المغربي مع الليفة المغربية يفتحان لون الجسم فعلا؟ ● لا يوجد أي كريمات لشد الجسم وما يشده حاليا هو الشفط والشد بالليزر ويعطي تحسنا نوعا ما. أما صابون المغربي والليفة فلا توجد هناك أي دلالة علمية على أنهما يفتحان الجلد.



الليزر والنبضات الضوئية

ليزر ويبقى الليزر أفضل بكثير من جهاز النبضات الضوئية. أخطط للزواج قريبا، فمتى أبدأ علاج الشعر الزائد؟ ● يجب ان تبدي بالعلاج قبل شهر الى شهر ونصف الشهر قبل المناسبة بحيث تستطيعين ان تري النتيجة بطريقة أفضل.

آلاء: استعملت الليزر من قبل ولم أحصل على نتيجة مرضية فهل من الممكن أن أحصل على نتيجة أفضل باستعمال النبضات الضوئية؟ ● الليزر أفضل ولكن يجب انتقاء نوع الليزر الجيد والملائم لبشرتك، فالبشرة الغامقة لها نوع ليزر، والبشرة الفاتحة لها