

أكد استشاري الجلدية والتجميل والليزر في عيادة «DMC» في الجارية والمشرف على الطاقم الطبي بعبادة «ESP» (المستوصف الأوروبي التخصصي) بالفروانية البروفيسور د.أيمن علوان أن «مساحيق التجميل إلى جانب تناول المضادات الحيوية والمسكنات بشكل مستمر تعتبر العدو الأول للبشرة وأبرز أسباب ظهور الشيخوخة المبكرة، داعياً لاستخدامها عند الحاجة. إلى جانب تناول مواد مضادة للاكسدة سواء عن طريق الحبوب أو المواد الطبيعية مثل تناول الخضراوات والفواكه، وكذلك استعمال الكريما التي تحتوي على «الهالورينك أسيد» أو «الكولاجين». أو أخذ مواد «الكولاجين» عن طريق الفم.» وفي لقاء خاص مع «الأنباء» لفت علوان إلى أن التقنيات الحديثة قدمت حلولاً جذرية للكثير من المشاكل التي تؤرق الكثيرين من علامات الشيخوخة المبكرة على البشرة، أو ظهور الجسم بشكل غير متناسق، وكذلك العوارض التي قد يرغب البعض في التخلص منها مثل آثار حب الشباب، أو الهالات السوداء وغيرها. متحدثاً عن جهاز «الثيرماج» والذي اعتبره من أفضل أجهزة شد البشرة وتجديدها. مبيناً أنه يستخدم لمرة واحدة فقط وتنتج نتاجه لفترة طويلة، مؤكداً في الوقت نفسه أن استخدامه إلى جانب تناول حبوب الشباب يساهم في المحافظة على البشرة لأطول فترة ممكنة.

والكثير مما يخص التجميل وأحدث الأجهزة المستخدمة بهذا المجال سانه لنا في هذا اللقاء... فإلى التفاصيل:

حاوره: حنان عبد المعبود

استشاري الجلدية والتجميل في عيادة «DMC» أكد أن التقنيات الحديثة قدمت حلولاً جذرية لجميع مشكلات البشرة

علوان لـ «الأنباء»: المكياج والتناول المستمر للمضادات الحيوية والمسكنات الأكثر تأثيراً في ظهور الشيخوخة المبكرة

○ الجيل الجديد من جهاز «الثيرماج» تلافى مضاعفات الشعور بالألم ونتائج تظهر خلال فترة وجيزة

○ «حبوب الشباب» طفرة دوائية للحفاظ على البشرة لتأثيرها على الخلايا في العمل والانقسام



الأنيميا وتراكم مساحيق التجميل يسببان الهالات السوداء... ونقص الحديد والضغط العصبي وسوء التغذية من أسباب تساقط الشعر

الدهون» و«نحت الجسم» للحصول على قوام مثالي... ما الأساليب الطبية الأفضل للحصول على ذلك؟

● يبقى شفت الدهون تحت تأثير المخدر الموضعي هو الأكثر أماناً، خصوصاً في حالة الرغبة في التخلص من الدهون من منطقة معينة، وهو يعطي نتائج ممتازة ويعود المريض لممارسة حياته الطبيعية خلال فترة وجيزة بعد إجراء العملية، وبالتالي الشفت بهذه الطريقة أفضل خصوصاً مع الانتشار الواسع لعمليات تكميم المعدة والتي تؤدي إلى خفض الوزن بصورة سريعة مما قد يعطي الوجه عمراً أكبر.

ما الوسائل التي تفيد في إعادة رونق الوجه وجعله بعد التكميم؟

● في هذه الحالات تستخدم الكثير من الإجراءات حسب حالة المريض، بداية من «الفيلس» و«البوتوكس» والشد بالخيوط، وكذلك جلسات «الثيرماج»، وقد يتم إعطاء المريض بعض الفيتامينات المهمة لاستعادة نضارة ورونق الجلد والشعر.

الشد بالخيوط، هل هو إجراء جراحي؟

● لا، فعالياً الكثير من أنواع الخيوط تستخدم في شد الوجه، ومنها ما يطلق عليه الخيوط السهلة وهي ليست طريقة جراحية، حيث يتم وضع الخيوط في الجلد بطريقة سهلة وآمنة ومن دون جراحة أو ألم وخلال 30 دقيقة.

حقن البلازما

ما فوائد حقن البلازما في مجال الأمراض الجلدية والتجميل؟

● تعتمد استخدامات البلازما من علاج الندبات الناتجة عن حب الشباب والهالات السوداء تحت العين إلى حالات الكلف وتساقط الشعر.

تساقط الشعر

ما أسباب تساقط الشعر وما وسائل علاجه؟

● من الطبيعي أن يفقد الإنسان ما بين ستين إلى مائة شعرة يومياً، وذلك نتيجة دورة النمو الطبيعية للشعر، وفي الحالات المرضية يحدث التساقط بوتيرة عالية ومستمرة، وتتعدد أسباب ذلك ما بين الصلع الوراثي الذي يصيب الرجال والنساء على حد سواء، أو نقص مخزون الحديد أو بعض الفيتامينات بالدم، أو التعرض للضغط العصبي والتوتر الشديد، وسوء التغذية والحمية الغذائية، كذلك أثناء الحمل والولادة والرضاعة، كما أن تعرض الشعر للحرارة عند استخدام مجفف الشعر، أو المواد الكيميائية، كما في حالة صبغ الشعر أو الفرد قد يؤدي إلى تلفه وتساقطه.

ولأن أسباب تساقط الشعر كثيرة، ولكل منها علاجه الخاص، لذلك يجب مناقشة الطبيب في حالة التساقط المستمر للشعر، وفي كثير من الحالات يعد الحصول على العلاج المناسب في وقت مبكر أفضل كثيراً ويجنب المريض الخضوع لإجراءات أكثر تكلفة فيما بعد كزرع الشعر.

شخص آخر لا يستدعي عمله التعرض لأشعة الشمس سجد أن العمر الزمني للأثنين واحد، ولكن مظهر بشرة من يتعرض للشمس بكثرة يعاني من تسر الألياف بالجلد أكثر مما يظهر أن مضاعف في سنواته، وهذا ما يسمى «الفوتو إيدجنج» أو العمر الضوئي، ولهذا فإن التعود على وضع حماية للبشرة سواء مع التعرض للشمس أو عدم التعرض لها يجعلها محمية باستمرار، وهنا نطلق عليها الحماية الضوئية وليس الشمسية، لأن الضوء بشكل عام يتغلغل بالجلد سواء كان ضوء مصباح أو إضاءة من منافذ البيت العادية حتى دون التعرض لفترات طويلة ولكن التكرار اليومي قد يتسبب في مضر للبشرة.

أنواع واقية من الأشعة

وماذا عن الملابس الواقية من أشعة الشمس وجداولها؟

● هناك يقين لدى البعض أن ارتداء الألوان الفاتحة يعكس أشعة الشمس، بينما الألوان الداكنة بالعكس تمتص الأشعة، وهذه الفكرة خاطئة، لأن الملابس الواقية من أشعة الشمس هي الملابس الداكنة، ولهذا فإن الواقية من أشعة الشمس للبيدين مثلاً تكون بارداء قفازات سوداء، وهذه المعلومة يجب أن تكون ثابتة لدى الجميع لأنه ببساطة شديدة إن كانت الملابس الداكنة تتسبب في امتصاص أشعة الشمس واكساب البشرة لونا داكناً كان ارتداء العباءة تسبب في استمرار البشرة، ولكن الفكرة المسبب في ارتداء الألوان الفاتحة في الشمس أنه يقلل الحر، لأن الأشعة تحت الحمراء هي التي تتسبب في سخونة الجلد.

كذلك من الأمور التي تعمل حماية ضوئية كيميائية وهو تناول الشاي الأخضر لأن الشاي الأخضر واق من الشمس، ويؤخذ عن طريق الفم. كما أن مادة الشاي الأخضر مضاد قوي للاكسدة.

مسببات الهالات السوداء

الهالات السوداء البعض يعزبها إلى نمط الحياة وعدم كفاية ساعات النوم، هلا حدثنا عن أهم مسببات حدوث الهالات السوداء؟

● الهالات السوداء هي أمر ناتج عن عدة عوامل وتضافر هذه العوامل يساعد في ظهورها، وتتضمن هذه العوامل أموراً تتعلق بالتغذية، وكذلك مستوى «الهيموجلوبين» في الدم، وهو الصيغة الحمراء، والجسم به الصيغة الحمراء وهي الميلانين، وهذان اللونان معا يخلقان لون البشرة، فإن كانت طبقة الجلد رقيقة بعض الشيء، و«الهيموجلوبين» قليل بالتالي يكون تأثير اللون الأحمر قليل فيظهر اللون الأسود أكثر، ولذلك فإنه مع الأنيميا ونقص «الهيموجلوبين» يتسبب في مشكلة الهالات السوداء، وكذلك مشكلة تراكم مساحيق التجميل تتسبب في الهالات السوداء، كذلك وضع طلاء الأظافر وحك الأظافر مع البشرة قد يصيب بحساسية تلامسية.

يهتم الكثيرون حالياً بـ «شفط



د.أيمن علوان أثناء تجهيز المريضة لاستخدام جهاز «الثيرماج» (محمد هاشم)

تكون «كلف» وتلونات تحت العين، كما تعد أحد الأمور الأساسية التي تسبب الحساسية التلامسية خاصة مع التعرض للشمس مما يزيد من تسكير الألياف المطاطية في الجلد ويساعد على ظهور علامات الشيخوخة المبكرة للبشرة بسرعة، وكذلك من أكثر أسباب ظهور الشيخوخة المبكرة تعاطي الأدوية بدون أسباب مثل تعاطي المضادات الحيوية بكثرة مع أزمات البرد الطارئة وغيرها، أو تعاطي المسكنات بصورة مستمرة مع الآلام العادية مثل آلام الطمست، فكل هذا من الممكن أن يتسبب في مشاكل للبشرة.

حماية دائمة

ذكرت ضرورة وأهمية استخدام واق من أشعة الشمس، حتى دون التعرض لها، فما أسباب هذا الأمر؟

● الشمس كما لها من مضر لها أيضاً فوائد، فهي عامل مهم للبشرة، فالتعرض لها باتزان يخفف من حدة حب الشباب، كما تعطي فيتامين «د» للجلد مع التعرض لمساحات كبيرة من البشرة، إلا أن التعرض للشمس دون أخذ الاحتياطات اللازمة يعد أحد أسباب ظهور الشيخوخة على البشرة، وهذا يظهر جلياً إذا ما قارنا بشرة شرطي المرور الذي يتعرض للشمس بكثرة مع

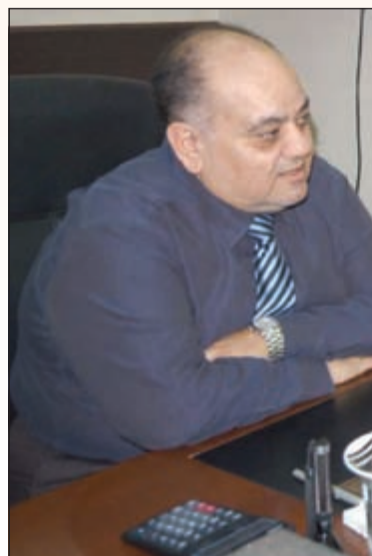
المظهر الشاب للبشرة لأطول فترة ممكنة.

عدو البشرة الأول

هناك الكثير من الأمور التي تعجل بظهور الشيخوخة على البشرة ومنها أمور يومية روتينية قد تقوم بها دون إدراك لخطورتها في ظهور الشيخوخة المبكرة، هلا ذكرتها لنا؟

● من أكثر هذه الأمور والذي يعتبر عدو البشرة الأول هو المكياج الذي تستخدمه غالبية النساء بشكل مستمر، وللأسف الشديد أن هناك يقينا لدى الكثير منهن أنهن قمن بإزالة المكياج بمجرد غسل الوجه، ولكن في حقيقة الأمر إن إزالة المكياج عن البشرة تحتاج إلى عدة أيام، فإزالتها قبل النوم حتى بالمزيل الموجود بالأسواق يزيله فقط من الطبقة الخارجية للجلد، وهذا الجلد به تعاريج ومسام تمتلئ بآثار المكياج وتتشربه البشرة طوال اليوم، ولهذا فإن أزلنا المكياج عن وجه امرأة بصورة قوية بمزيل معين، وسلطنا عليه ضوء أزرق خاصاً، فمن الممكن رؤية مساحيق التجميل متغلغلة في المسام، وبالتالي لابد من حدوث نمو جديد حيث لقياس نسبة المعادن في الجلد، وعبر هذا يمكن الحفاظ على الشباب عن طريق تناول المعادن، وكذلك معرفة إن كانت هناك أي مشاكل في امتصاص المعادن، حيث تتم المساعدة عن طريق بعض الأدوية التي تصاحب عمل الجهاز.

وهناك بعض الأدوية الحديثة التي تستخدم للحفاظ على الشباب عن طريق العمل على إطالة الغطاء «الكروموزومي»، وهو الذي يغطي كل «كروموزوم»، وينقص في مستوى الطول كل مرة تنقسم فيها الخلية، وحين يتم تناول هذه الأدوية تستمر الخلايا في العمل والانقسام، مثل الخلية الشبابية تماماً، ولهذا نكاد نطلق عليها حبوب الشباب الجديدة، وهي تختلف كثيراً عن مجرد تناول «الكولاجين» أو غيره.



د.أيمن علوان متحدثاً إلى الزميلة حنان عبد المعبود

شد البشرة وظهورها شابة من الأمور المهمة، وتحت هذا المسمى نجد العديد من الأجهزة والعلاجات والطرق، فما الجديد في هذا الصدد؟

● إن أجهزة شد الجلد تعتمد على استخارة النظم الطبيعية للشد في الوجه، ومن أحدثها هو جهاز «الثيرماج»، وهو جهاز يستخدم موجات راديو بطريقة حرارية تقوم بتسخين الجلد لإنتاج الكولاجين، وهو من الأجهزة الممتازة في عملها، نظراً لأنه يستخدم مرة واحدة فقط، ويجلسه واحدة، والنتيجة الخاصة به تستمر لفترة طويلة، وفي الواقع كانت هذه التقنية في البداية مؤلمة بعض الشيء، إلا أنها الآن تطورت لتكون بالاهتزاز، وهو جيل حديث منه تلافى الألم الذي كانت تشعر به المريضة من قبل، والنتيجة تظهر على مراحل على مدى عدة أشهر، ولا يتكون معه أي نوع من الآثار السلبية بعد الجلسة، وليس هناك أي تخوف من حدوث مضاعفات أو أشكال غير طبيعية من الالتئام الذي قد ينتج عنه.

هل هناك تأثير لما بعد استخدام الجهاز، وما كيفية المحافظة على البشرة مشدودة وطبيعية لأطول فترة ممكنة؟

● هناك أمور عامة يجب مراعاتها والالتزام بتفكيدها، وأهمها أن أي بشرة فاتحة اللون تحتاج إلى حماية ضوئية بصفة مستمرة، والحماية الضوئية تعني استخدام كريمات الحماية بشكل يومي حتى مع عدم الخروج والتعرض للشمس، واستخدام مواد مضادة للاكسدة سواء عن طريق الحبوب أو المواد الطبيعية مثل تناول الخضراوات والفواكه كالنفاخ الأخضر وتناول الشاي الأخضر أو العنب أو الرمان، وكذلك استعمال الكريما التي تحتوي على «الهالورينك أسيد» أو «الكولاجين»، أو أخذ مواد «الكولاجين» عن طريق الفم.

كذلك هناك طرق حديثة لاستكشاف بعض المعادن في الجلد والتي قد تنتج عنها بعض المشكلات بالبشرة، ولدينا جهاز حديث لقياس نسبة المعادن في الجلد، وعبر هذا يمكن الحفاظ على الشباب عن طريق تناول المعادن، وكذلك معرفة إن كانت هناك أي مشاكل في امتصاص المعادن، حيث تتم المساعدة عن طريق بعض الأدوية التي تصاحب عمل الجهاز.

وهل هذا يعني أن استخدام الجهاز مع حبوب الشباب يأتي بنتائج أكثر قوة؟

● بالتأكيد فهو يعني الحفاظ على

وهل هذا يعني أن استخدام الجهاز مع حبوب الشباب يأتي بنتائج أكثر قوة؟

● بالتأكيد فهو يعني الحفاظ على