اختصاصي الأمراض الجلدية والتجميل والليزر أكدت أن الهالات السوداء يمكن علاجها بالفيلر

د.ريم عبد المعز لـ «الأنباء»: «الفركشنال ليزر» أحدث طفرة علاجية لندوب حب الشباب

أجرت اللقاء : حنان عبدالمعبود

أكدت اختصاصي الأمراض الجلدية والتجميل والليزر د.ريم عبد المعز أن هناك الكثير من المفاهيم الخاطئة لدى البعض حيال استخدامات الليزر، لافتة إلى انه يشكل طفرة علاجية على كافة الأصعدة، وبينت ان الليزر الخاص بإزالة التجاعيد لا يقوم على ازالتها فقط، وانما يكسب البشرة نضارة وحيوية، لافتة إلى انه يعمل على تحفيز الكولاجين. وقالت ان الهالات السوداء يجب ان يتم عمل فحوصات للوقوف على اسباب ظهورها وبالتالي علاجها بشكل جذري، فقد تكون هناك اسباب وراثية، او بسبب وجود حفرة في منطقة ما تحت العين، كما ان هناك بعض الأسباب التي تنوعت ما بين الإصابة بأمراض داخلية او ارهاق وغيرهما من المسببات التي يمكن علاجها بعد معرفة السبب. وأشارت الى ان هناك استخدامات متعددة لإزالة الشعر بالليزر، فهو جهاز عملاق واستخدامه لا يكون ببساطة وإنما يجب اولا ان يقوم الطبيب بعمل فحص قبل التعرض له ليقرر نوع الليزر الملائم لازالة الشعر على حسب لون البشرة. كما أوضحت ان مواد التجميل التي تستخدم كفيلر او لإخفاء التجاعيد يمكن استخدامها للعلاج اضافة الى التجميل، مشيرة إلى أنه يتم تصنيفها ما بين العلاج او التجميل من قبل الطبيب نفسه، وهناك الكثير من المعلومات ساقتها لقراء «الأنباء» من خلال اللقاء التالي:

البوتوكس يعالج التعرق من 4 إلى 6 أشهر.. وغير صحيح أنه يحبس العرق في الجسم

مع عوامل الطقس الشديدة وكذلك التدخين وغيره التي تفقد البشرة الكثير من خواصها الجمالية، فهل يعد الفيلر هو الاكثر طلبا بين النساء؟

● **بالفعل هو الأكثر طلبا ولكن عملي هو توظيف الأمر بشكل صحيح، فالمرأة تريد ملء مكان معين ولكنني اوظفه وفي المكان الصحيح الذي يعطي النتيجة التي ترضيها وتكون لائقة وليس لمجرد اظهار امتلاء في الوجه، كذلك فان الفيلر له استخدامات أخرى علاجية ومن أهم ما تعالجه الهالات السوداء تحت العين والتي يظن البعض انها مجرد اسمرار في الجلد، ولكن البعض يعاني من مشكلة وجود «خفسة» أو حفرة تحت العين والتي تظهر ظلالا تعطي انطباع هالات سوداء كانبة، وعلاجها الوحيد هو الفيلر والتي نجعلها في نفس مستوى الجلد، فتحل المشكلة.**

الهالات السوداء بشكل عام منتشرة، فما هي اسباب الاصابة بها؟

● **الهالات السوداء هناك الكثير من الأسباب والعوامل للإصابة بها، ومن أهمها عامل الوراثة، وهو ما لا يعرفه الكثيرون، وهو السبب الأصعب علاجا ولكننا كأطباء جلدية نحاول السيطرة عليه مع العلاج المنزلي بالكريمات، وكذلك الاصابة بفقر الدم «الأنيميا»، ونقص التغذية والفيتامينات، كذلك البعض يعاني من ترقق الجلد تحت العين ومن ثم تظهر الاوعية الدموية تحته مما يجعله يبدو كهالات سوداء، وكذلك الارهاق والتدخين والسهر ومشاكل الابصار التي تجعل هناك تركيزا دائما وضغطا على العين، وكذلك استخدام الماكياج دون ازالته بشكل كامل، وكذلك مشاكل الغدة الدرقية ومشاكل الكبد والكلى مما ينعكس على العين والجلد المحيط بها ولهذا لابد من عمل فحوصات شاملة للوقوف على أسباب الاصابة بالهالات السوداء وبالتالي علاجها بشكل كامل. والعلاج يكون بسيطا اما بإبر بسيطة تحت الجلد مع الحفاظ على استخدام انواع معينة من الكريمات بطريقة ومدة محددة للوصول الى أفضل النتائج.**

الليزر متعدد الاستخدام في الامور التجميلية. فما أكثر استخداماته طلبا؟

● **ليزر ازالة الشعر له الكثير من الاستخدامات فهو جهاز عملاق واستخدامه لا يكون ببساطة وإنما يجب اولا ان يقوم الطبيب بعمل فحص قبل التعرض له ليقرر نوع الليزر الملائم لإزالة الشعر على حسب لون البشرة حيث يحدد نوع الليزر وقوته على حسب البشرة والشعر وسمكه وتوزيعه بالجسم ليتم تحديد الجهاز، كذلك لا يتوقع الشخص ان تتم الازالة من جلسة واحدة، لان هذا يحتاج الى كورس يشمل عددا من الجلسات بمدة معينة يفصل كل جلسة عن الأخرى حوالي من شهر الى شهر ونصف، ويحتاج الى النتيجة النهائية من 6 الى 8 جلسات.**

د.ريم عبدالمعز متحدثة للزميلة حنان عبدالمعبود (متين غوزال)

يزيل الزوائد الجلدية، وأغلب أجهزة الليزر يستوعب عملها الأطباء حيث بعض العوارض التي تتمثل في فطريات القدم، او في الأظافر، والتي يظن البعض ان علاجها عبر كريم او حبوب او غيره بينما يمكننا معالجتها بالليزر، وبهذا فإن الطبيب هو من يحدد خريطة علاج أي مشكلة.

وهل هذه الجلسات تقضي بشكل نهائي على الشعر؟

● **لا، ولكن هناك تقليل في ظهور الشعر، والشعر يمكن ان يرجع مرة أخرى ولكن ليس بنفس السمك او الكثافة او التوزيع، فانه لا يكاد يكون ظاهرا، كذلك هناك عوامل يمكن ان تعيد الشعر مرة أخرى مثل تغير الهرمونات في الحمل او الرضاعة او استخدام بعض الأدوية.**

كذلك هناك انواع ليزر منها التقشير «الفركشنال ليزر» ويستخدم في علاج ندبات حب الشباب، والتي تحتاج تدخلا دوائيا وجلسات وتصل نسبة التحسن فيه من 40 الى 60٪ وهي النتيجة المرضية لغالبية من يعانون الندبات، كما يمكن من خلاله معالجة التجاعيد الخفيفة، ومن الجيد ان نفس الجهاز عبر جزء آخر به يقوم بعمل يماثل الجراحة حيث العادية التي تواكب الشيخوخة على مر السنين، ولكن أهم ما يميز الليزر ان استخدامه يحفز الكولاجين مما يجعل البشرة تتمتع بالنضارة والإشراق الى جانب اختفاء التجاعيد، والذي يصل الى نتيجة مرضية جدا.

في الطقس القاسي الذي تتسم به الكويت نجد ان الكثيرين يعانون من زيادة التعرق فهل هناك حل لهذه المشكلة؟

● **نعم، البعض تمثل عنده هذه المشكلة أزمة قد تصل الى اعاقة عملهم، حيث تكون زيادة التعرق في اليد أو القدم او تحت الابط، وهنا يمكن عمل بوتوكس التعرق، والبوتوكس لا يقف فقط على كونه احد استخدامات التجميل ولكنه علاج فعال لزيادة افراز العرق، ومدة فعاليته من 4 الى 6 أشهر أي يغطي فترة الصيف كاملة، ويمكن عمله من خلال جلسة بسيطة لا تستغرق أكثر من نصف ساعة يمكن بعدها ممارسة الحياة الطبيعية بشكل عادي، وليس هناك أي أضرار حيث انه لا يجعل هناك احتباسا للعرق لأن الجسم كله يتعرق وبعد البوتوكس سيكون هناك افراز للعرق ولكن ليس بنفس النسبة السابقة.**

الطقس القاسي في الكويت يؤثر على البشرة فما نصائحك للحدّ من ضررها؟

● **يجب تناول كميات كبيرة من المياه في هذه الأيام لتجنب الإصابة بالأمراض، ومن الأفضل تجنب الخروج أوقات القيظ وعدم التعرض للشمس بشكل مباشر، ومن يضطر إلى ذلك خاصة في الفترة من العاشرة صباحا إلى الثالثة عصرا يجب أن يتخذ احتياط السلامة حتى لا يتعرض لضربة او حروق الشمس، والتي من أهمها استخدام مظلة ويفضل أن تكون بلون فاتح لتعكس أشعة الشمس، وكذلك تناول كميات كبيرة من المياه بكمية وافرة تلافيا للإصابة بالجفاف، ومن المهم أيضا وضع كريم واق من الشمس، وهو الأمر الذي قد يغفل عنه الكثيرون خاصة الرجال الذين يعتقدون أن بشرتهم تتحمل درجات الحرارة المرتفعة.**

هل هناك طريقة للتعامل مع كريم واق للشمس؟ وعلى أي أساس تحدد درجته؟

● **استخدام واقي الشمس بالفعل له طريقة معينة في الاستخدام حيث إن له مدة محددة تقدر بساعتين وبعدها يجب غسل الوجه ووضع طبقة جديدة، حيث انه يصبح غير فعال على البشرة بعد انتهاء الوقت ويجب تجديده كل ساعتين، كذلك فإن اختيار الكريم الواقي يجب أن يكون عن طريق الطبيب ليكون مناسبا للبشرة ودرجة الحماية التي يحددها الطبيب.**

هل يختلف تأثير الشمس على حسب لون البشرة؟

● **نوعا ما، حيث أن أصحاب البشرة الفاتحة هم أكثر حساسية للشمس من أصحاب البشرة الداكنة، فالشمس تكون مضرة لبشرتهم بشكل بالغ قد يصل إلى سرطان الجلد، ولهذا لابد لأصحاب البشرة الفاتحة الحرص على الوقاية من الشمس. بينما أصحاب البشرة الداكنة لديهم قدرة أكبر على تحمل الشمس، لأن لديهم صبغة الميلانين تحت الجلد والتي تعد واقيا داخليا طبيعيا من الشمس إلى حد ما، حيث تقوم هذه الصبغة بحماية البشرة من الأضرار الشديدة التي قد تصيب بشكل أكبر أصحاب البشرة الفاتحة.**

ويجب الحرص مع الطقس القاسي على عدم التعرض المباشر لأشعة الشمس لأنه قد يصيب البشرة بالحروق التي تكون بدرجات معينة، وعلاجها يكون على حسب درجة الحرق، سواء درجة أولى أو ثانية أو ثالثة باستخدام الكريم الخاص بمعالجة الحروق، ومن الممكن أن يستخدم كريم يحتوي على كورتيزون موضعي مخفف للعلاج.

هل هناك نصائح يمكن اتباعها لتجنب الإصابة بحروق او ضربات الشمس؟

● **نعم ومن أهمها عدم التعرض المباشر لأشعة الشمس قدر الإمكان، وفي حال الاضطرار للتعرض للشمس بشكل مباشر يجب استخدام غطاء للرأس او مظلة، والحرص على التواجد في اماكن جيدة التهوية وعدم ترك الأطفال أو كبار السن في سيارات مغلقة بمفردهم، بالإضافة الى لبس الملابس الواسعة الفضفاضة ذات الألوان الفاتحة لأن الملابس الغامقة تمتص أشعة الشمس، والتقليل من استخدام المكيفات الصحراوية لأنها تساعد على زيادة نسبة الرطوبة في الجو وتقلل من تبخر العرق والذي يلعب دورا مهما ورئيسيا في تنظيم حرارة الجسم.**

والإكثار من شرب السوائل بكثرة بكميات تصل من 3 إلى 5 ليترات يوميا في الظروف العادية، والاستحمام بماء فاتر قدر الإمكان يوميا، مع عدم استخدام كريمات لغلق مسام الجلد لأنها تضر بالغدة الدرقية للجلد، وترطيب الجسم باستخدام رذاذ المياه وخاصة في جانبي الجسم لأنه يساعد على العرق. كذلك عدم بذل مجهود زائد أو ممارسة أنشطة رياضية مكثفة خصوصا في أوقات الذروة والحرارة العالية، والتوجه السريع والمباشر لأقرب مستشفى في حال ارتفاع درجات الحرارة المصاحبة لخلل في الوعي.

دليل الأطباء