لمشاهدة الفيديو

استشاري الجلدية والتناسلية بالمستشفى الأميري أكد أن لها علاقة بالوراثة بشكل أكبر ولا يمر يوم دون معاينة عدد من الحالات

د.طارق العنزي لـ «الأنباء»: الإكزيما والصدفية من أكثر الأمراض شيوعاً بسبب زواج الأقارب

أجرت اللقاء: حنان عبدالمعبود

أكد استشاري الأمراض الجلدية والتناسلية في المستشفى الأميري وصاحب التخصص الدقيق وزمالة في الاكزيما التلامسية وحساسية الجلد د.طارق العنزي، أن ڤيروس جدري القرود يتم التعامل معه مثل أي ڤيروس آخر، حيث يحتاج إلى الحيطة والحذر، مبينا أن أعراضه تكون في البداية مثل أعراض الانفلونزا العادية، حيث فترة حضانة الڤيروس قبل ظهور الاعراض تستغرق من 6 إلى 16 يوما وبعدها يشعر المصاب بصداع وحرارة وآلام عضلية وآلام بالظهر بالإضافة إلى تعب ووهن شديد، وهذه الأعراض لا تختص فقط بهذا الڤيروس وانما اغلب الڤيروسات. وقال العنزي، في حوار اختص به قراء «الأنباء»، إن هذا الڤيروس من فصيلة قريبة من فصيلة ڤيروس الجدري المنقرض، ولأن هذه السلاسة تشبه سلالة الجدري، تتم الاستفادة من التطعيم الخاص بالجدري الذي جرى تطعيم الكثيرين به خلال الأشهر الأولى من العمر وجرعة أخرى خلال من 4 إلى 5 سنوات، والذي يعطي مناعة تصاحب الانسان طوال حياته. من جانب آخر، حذر د.العنزي من الافراط في استخدام الكريمات التجميلية واعتمادها دونما استشارة طبية وكذلك من استخدام الكريمات سواء كانت معالجة أو تجميلية مجهولة الهوية والتي لا تحمل بيانات عن المحتوى، والكثير حول الأمراض الجلدية المختلفة وعلاجاتها تفاصيلها في السطور التالية:

- **70٪ من حالات تساقط الشعر بسبب سوء التغذية حيث أصبحت الوجبات تفتقد العناصر المفيدة**
- **النساء أكثر إقبالاً على التجميل.. وكثير من الشباب يطلبون التنظيف العميق أو «البوتوكس» و«الفيلر»**
- **تطعيم الجدري يعطي مناعة تصاحب الإنسان طوال حياته ويحمي بنسبة 88٪ من الڤيروس**
- **تقلبات الطقس والغبار تؤثر على أصحاب البشرة الحساسة التي لا تقوى على مقاومة هذه العوامل**

د.طارق العنزي متحدثا إلى الزميلة حنان عبدالمعبود خلال اللقاء (متين غوزال)

بداية، ما سبب تسمية «جدري القرود» بهذا الاسم، وهل يشكل هذا الڤيروس رعبا جديدا ومخاوف تشبه كورونا؟

● **التسمية جاءت لأنه تم اكتشاف الڤيروس خلال إجراء تجارب على القرود، ولهذا أطلق هذا الاسم على الرغم من أن هذا الڤيروس لا يشترط أن يكون في القرود فقط بل يمكن أن يصاب به حيوانات أخرى مثل السنجاب والأرانب والكلاب والقوارض، حيث ينتقل إلى الانسان من الحيوانات عن طريق الافرازات وسوائل ومخاط الحيوانات، ولهذا يفضل الحيطة بشكل أساسي عند التعامل مع الحيوانات. ويتم التعامل مع الڤيروس مثل أي ڤيروس آخر، حيث يحتاج إلى الحيطة والحذر لأن أعراضه تكون في البداية مثل أعراض الانفلونزا العادية حيث فترة حضانة الڤيروس قبل ظهور الاعراض تستغرق من 6 إلى 16 يوما وبعدها تظهر الأعراض وخلال 5 أيام يشعر المصاب بصداع وحرارة وآلام عضلية وآلام بالظهر بالإضافة إلى تعب ووهن شديد، وهي الأعراض التي تظهر عند الإصابة بأغلب الڤيروسات. وهذا الڤيروس من فصيلة قريبة من فصيلة ڤيروس الجدري الذي انقرض منذ فترة طويلة منذ العام 1977، ولأن هذه السلاسة تشبه سلالة الجدري تتم الاستفادة من التطعيم الخاص بالجدري الذي يجري تطعيم الكثيرين به خلال الأشهر الأولى من العمر مع جرعة أخرى خلال من 4 إلى 5 سنوات، والذي يعطي مناعة تصاحب الانسان طوال حياته، حيث يحمي بنسبة 88٪ من الڤيروس، فالإنسان المطعم عند تعرضه للڤيروس تكون نسبة اصابته خفيفة، إلا أنه يجب الحذر والحيطة حاله حال أي ڤيروس حينما ينتشر بشكل وباء، وهو ما واجهناه خلال جائحة كورونا وكيف أثرت على قطاعات كثيرة.**

الأمراض الجلدية

ماذا عن تأثير تغيرات الطقس وموجات الغبار التي تشكل أحد عوامل الحساسية؟

● **هذا سؤال مهم جدا لشريحة كبيرة من الناس، وأختص منهم أصحاب البشرة الحساسة، ونقصد بهم أصحاب البشرة التي لا تقوى على مقاومة العوامل البيئية المحيطة، خاصة في بلادنا من حرارة الطقس وغبار ورطوبة، حيث هذه العوامل تؤثر على أصحاب البشرة الحساسة، والتي تكون حساسة اما بالوراثة أو نتيجة إصابة ببعض الأمراض الجلدية مثل الاكزيما أو الصدفية، أو الوردية، الاكزيما الدهنية، والوقاية تكون عبر بعض الارشادات التي عبر اتباعها يحمي الانسان نفسه من هذه الأمور، مثلا عبر استخدام المرطبات، حيث الأشخاص الذين يعانون البشرة الحساسة عند ملاحظة التغيير في الأجواء، والاضطرار للخروج في هذه الظروف، أو ارتفاع درجة الحرارة يجب أن يحرص على وضع المرطب ليشكل وقاية من أي عوامل خارجية سواء غبار أو حرارة أو حتى برودة الطقس الشديدة والتي تؤدي إلى جفاف الجلد وحدوث مشاكل، ولهذا فإن الترطيب المستمر يشكل عامل وقاية، كذلك الأشخاص الذين يترددون على حمامات السباحة أو الشواطئ وخاصة في الصيف، نتيجة الاحتكاك أو تلامس مادة «الكلور» بحمامات السباحة مع الجلد يسبب تهيج، ولهذا ننصح بضرورة استعمال المرطب ويكون نوعا قويا مثل المرهم، ليكون عازلا ما بين الكلور والجلد وكذلك لحفظ البشرة من الماء المالح بالشواطئ.**

مشاركة علاجية

هناك بعض الأمراض يتشارك في علاجها أطباء الجلدية وأطباء الروماتيزم مثل مرض «اللوبس»، هلا حدثتنا عنه؟

● **الأمراض الجلدية متشعبة ومتداخلة مع العديد من التخصصات، سواء مع الباطنية أو الروماتيزم، وكذلك العظام، وأمراض الروماتيزم هناك علاقة وثيقة جدا بسبب المناعة، وانها عبارة عن أمراض تشكل المناعة دور كبير فيها، مثل الصدفية والروماتيزم، وهي أمراض مشتركة وكذلك «اللوبس» أيضا نتيجة أن الأجسام المضادة الموجودة تكون مشتركة.**

هل يعني هذا أن علاج مريض «اللوبس» عند طبيب الروماتيزم؟

● **هذا سؤال مهم جدا، حيث هنا مع هذه الأمراض يجب أن يكون هناك تنسيق ما بين طبيب الجلدية وطبيب الروماتيزم، فحينما يأتي مريض «اللوبس» يمكن أن أكتشف أنه مصاب بالروماتيزم والعكس، وبالتالي من ضمن التحاليل التي نقوم بها لمريض «اللوبس» نطلب أيضا الأجسام المناعية والأجسام المضادة، وعند اكتشاف أن المريض لديه الأجسام المضادة بما يسمى «روماتويد فاكتور» ونحوله على طبيب الروماتيزم، وهنا نختار العلاجات المناسبة، حيث ان كنت أريد أن أبدأ بعلاج بيولوجي، مثلا لا أصف العلاجات البيولوجية التي لها علاقة فقط بـ «اللوبس»، وانما أبدأ بعلاج بيولوجي يعالج الحالتين، واتواصل مع طبيب الروماتيزم وأخبره اننا بدأنا بهذا العلاج، والصدفية أيضا نفس الحال، حيث إن مرض صدفية المفاصل مثلا يكون فيها التهاب روماتيزمي وصدفية وبالتالي يكون المريض لديه الاثنان وهنا حينما نبدأ بالعلاج البيولوجي نجد أن لدينا نوعا يؤثر على الاثنين ولهذا نختار هذا العلاج وننسق مع طبيب الروماتيزم للبدء ونكون على تواصل مستمر.**

الأكثر انتشاراً

أمراض الجلدية كثيرة جدا، فما أكثر الأنواع انتشارا بالكويت؟

● **الأمراض الجلدية منها الأمراض المزمنة ومنها الأمراض الحادة، وحين درست الجلدية خارج الكويت شاهدت طبيعة الامراض الجلدية بهذه البلدان، وحينما عدت للكويت شاهدت طبيعة الأمراض التي تنتشر بالكويت، حيث إننا بدول الخليج لدينا أمراض ناتجة عن زواج الأقارب ولهذا تظهر الأمراض التي لها علاقة بالوراثة بشكل أكبر مثل الاكزيما والصدفية، وهما من الأمراض التي لا يمكن أن يمر يوم واحد دون معاينة لعدد من الحالات بهذه الأمراض ولهذا فانهما من أكثر الأمراض شيوعا، وتليهما أمراض جلدية أخرى مثل حب الشباب والتي لها علاقة طبيا وكذلك بالتجميل، مثل علاج التصبغات والحروق الناتجة عن التعرض للشمس، والكلف والنمش.**

علاجات تجميلية

هل تعتقد أن المترددين على عيادات الجلدية بغرض التجميل أكثر من طالبي العلاج الطبي فقط، وما النسبة الأكثر فيهما؟

● **نصنف دائما هذه الأمور على حسب وضع الحالة، حيث هناك ما يسمى بالعلاج الطبي التجميلي، وكذلك هناك علاج تجميلي بحت، حيث هناك من يبحث عن ارجاع الشيء إلى أصله، والعلاج التجميلي نجد أن له مواسم، حيث يكثر قبل الأعياد والمناسبات، بينما العلاج الطبي التجميلي يترافق مع العلاج الطبي، مثلا التجاعيد وعلاج الكلف والنمش، يطلق عليها علاجات تجميلية ولكنها ضرورية، حيث ليس هناك أي علاج يصلح لهم، لابد أن يكون العلاج طبيا حتى لا تظهر أي مضاعفات.**

أما مسألة الأكثر في التجميل أم بالعلاج، فإننا لا يمكننا الفصل بينهما، فالناس أصبحت تبحث عن الكمال، وفي السابق كان أكثر المترددين على العيادات الخاصة بالتجميل من النساء بينما الآن أصبحنا نرى فئة الشباب من الرجال ويطلبون تنظيف بشرة عميق، أو البوتوكس والفيلر، وفي الفترة الأخيرة أصبح الاقبال كبيرا من الرجال على التجميل، لا زالت النساء أكثر اقبالا من الرجال ولا يمكن ان يصلوا إلى نفس النسبة.

استخدام مفرط

بعض الناس يعانون الهوس تجاه استخدام كريمات البشرة، فهل لها من سلبيات؟

● **التركيز الدوائي مهم جدا وهو ما أنصح بمراقبته دائما، حيث نتيجة الاسراف والاكثار في الكريمات ذات التركيز العالي، قد يصل إلى نتائج سيئة، نجد المريض يتردد على العيادة بسبب وصوله إلى حالة طارئة وأصبح يعاني تهيجا وحساسية، ولهذا استخدام الكريمات تحت اشراف طبي يمنع حدوث المشاكل لاختيار التركيز الملائم للكريم مع البشرة، حتى لا تحدث مشاكل على المدى البعيد، لأن استخدام الكريمات التجميلية بتركيز عال وبشكل مستمر لا شك انها تعمل على ترقق البشرة واضعافها وتؤدي إلى حدوث مضاعفات خاصة وأن البعض يضع الكريمات ويخرج في الشمس، أو يريد عمل تسمير للبشرة (تان)، وبالتالي قد نجد هناك مضاعفات قد تكون بظهور حبوب على البشرة أو تحسس بشكل ما.**

«التان» وزيوت التسمير

وهل كريمات أو زيوت تسمير البشرة والتعرض المباشر للشمس للحصول على لون «برونزاج» أمور صحية أم مؤذية للبشرة؟

● **هناك الكثير جدا من الناس يلجأون لعمل الـ«تان» دون وضع كريم حماية من الشمس معتقدين أن كريم حماية الشمس قد يقلل من فاعلية زيوت التسمير وبالتالي لا يعطي اللون المطلوب، الا ان استخدام كريم الحماية من الشمس لا يؤثر على اللون المكتسب من التعرض للشمس أبداً، ولهذا لن يكون هناك ضرر بالغ للبشرة ان تم وضع كريم الحماية بشكل كاف قبل التعرض للشمس وتجديده.**

وفيما يختص بتسمير البشرة فإن هناك نسبة عالمية تتراوح بين 3 إلى 5٪ من مادة «ثنائي هيدروكسي الأسيتون»، وهذه المادة من المفترض ألا يتم تجاوزها، فاذا ما كانت من ضمن المعدل فيمكن للشخص عمل «تان» عبر الكريم ويتعرض للشمس، الا أنه ينصح بالتعرض للشمس في الأوقات المفيدة سواء قبل حلول العاشرة صباحا أو عقب الساعة الثالثة عصرا، حيث تكون الأشعة مفيدة وخاصة الأشعة الصباحية، ولكن الكثيرين للأسف يحرصون على التعرض للشمس وهي في منتهى قوتها، وهذا نرى نتائجه بعد عدة سنوات حينما يتقدم الانسان في العمر حيث تبدأ الترهلات والتجاعيد والتصبغات، لأن البشرة تخزن هذه الأمور في «DNA» ولهذا فإننا ننصح دائما بالتعرض للشمس بعد الحماية في أوقات الصباح.

بالإضافة إلى هذا، هناك نقطة أخرى مهمة وهي اكتساب ڤيتامين «د»، حيث الكثيرين يعتقدون أن عمل الـ«تان» يكثر ويفعل اكتساب ڤيتامين «د» يمكن ان يكون علاجيا ويمكن كذلك أن يكون وقائيا، والغالبية العظمى من الناس هناك بمجتمعنا دائما ما يكون لديهم نقص ڤيتامين «د» على الرغم من أن الشمس ببلادنا قوية، الا أن طبيعة الحياة واستخدام وسائل النقل لا تجعل هناك تعرضا مباشرا للشمس خاصة في الأوقات التي يستفيد منها الجسم باكتساب الڤيتامين بشكل جيد، ولهذا ان كان هناك حرص على اكتساب ڤيتامين «د» يجب أن يتعرض الشخص للشمس لمدة نصف ساعة لأربعة أيام في الأسبوع قد تجعل الانسان يحصل على الوقاية الكافية واكتساب الڤيتامين.

تجميل علاجي

فيما يختص بالتجميل العلاجي، ما أكثر الحالات التي تلجأ للعلاج في هذا الجانب؟

● **نعم، الاقبال كبير في هذا الجانب، وأكثر الحالات تكون لعلاج التصبغات وتوحيد لون البشرة، حيث البعض يعاني الهالات السوداء تحت العين، أو جفاف الجلد الذي قد يصاب أيضا باحمرار وحكة بسبب التعرض لمهيجات، قد يسبب تصبغات والتي تكون نوعين اما تكون نتيجة ترسب مادة الميلانين نتيجة التعرض للشمس على فترات طويلة، أو نتيجة التهاب أو حساسية بالجلد، فمثلا شخص أصيب بحب الشباب، أو جفاف الجلد أو اكزيما خفيفة وتعرض للشمس، هنا بعد أن يتشافى الالتهاب نجد تصبغات بالجلد، وأغلب الحالات تواجهنا بهذا العارض.**

كذلك هناك اقبال على البوتوكس والفيلر والتنحيف «تحديد الطبقات الدهنية» وكذلك علاج تساقط الشعر.

مواسم التساقط

هل هناك فترات معينة خلال العام نقول عنها انها موسم لتساقط الشعر؟

● **نعم، تساقط الشعر في الغالب يكون بسبب سوء التغذية، حيث 60 إلى 70٪ من المرضى بعد عمل فحوصات وتحاليل أجد أن التساقط نتيجة نقص في المعادن أو الڤيتامينات أو الحديد، نتيجة الحياة السريعة وتناول الوجبات السريعة، حيث أصبحت الوجبات تفتقد الفواكه والخضراوات وأغلب العناصر المفيدة، وأصبح الانسان نتيجة هذا مختل صحيا، حيث يكون الجسم لا يأخذ كفايته من الحديد والزنك والمعادن الأخرى الهامة للجسم بشكل عام والشعر بشكل خاص.**

من جانب آخر، هناك موضوع الوراثة، حيث الصلع الوراثي يكون نتيجة تواجده في العائلة، وكذلك فإن الحالة النفسية والضغوط المتواصلة سواء للطلبة في أوقات الامتحانات نجد أن هذا الأمر يزداد، وكذلك المرأة الحامل، ولهذا فإننا نوصي من يضع خطة للحمل يجب قبل ثلاثة أشهر من الحمل تناول الفوليك أسيد لما له أهمية من التطور العصبي للجنين، وكذلك تبدأ بتناول الحديد، لأن الجنين يمتص من جسمها الفيتامينات والمعادن ولهذا تبدأ بالاهتمام بتغذيتها السليمة حتى لا تعاني تساقط الشعر أو أعراض أخرى تصاحب نقص الڤيتامينات والمعادن بالجسم، وتركز على التغذية السليمة وتضاعف من تناول الخضراوات الغامقة مثل الملوخية والسبانخ والجرجير وكل ما يحتوي على الحديد.

هل من كلمة أخيرة؟

● **نعم، أود أشدد على ضرورة التوعية عن المنتجات، حيث الكثير من المرضى أجد تساؤلات منهم حول استخدام منتجات ما وحدوث مضاعفات منتجة لهذا، وللأسف حينما أفحص المنتج، أجد أنه لا يحتوي على نشرة بالتركيبة أو ماهية للمنتج ككل، وللأسف نجد بمواقع التواصل التي يتهافت عليها الجميع تداول لمنتج ما يقال انه علاج للاكزيما، أو الصدفية، وهناك اشادات بالمنتج وانه سحري والكثير حوله، وللأسف قد يكون غالبية المنتج كورتيزون، ولهذا فإنني أشدد على استشارة الطبيب وأن يحرص الشخص قبل استخدام أي منتج على أن يكون مرخصا من قبل وزارة الصحة وليس وزارة التجارة فقط، وأن تكون تركيبته واضحة، ومذكورة على المنتج.**

وأتمنى ان تكون هناك لقاءات جماهيرية مفتوحة وتوعية بوسائل الاعلام حول هذا الأمر، حتى يكون لدينا مجتمع صحي.

موجات سابقة من «جدري القرود».. وكيفية الوقاية من الڤيروس

تطرق استشاري الأمراض الجلدية والتناسلية في المستشفى الأميري وصاحب التخصص الدقيق وزمالة في الاكزيما التلامسية وحساسية الجلد د.طارق العنزي خلال الحديث عن جدري القرود إلى حدوث موجات سابقة من الڤيروس، حيث قال إن هذه لا تعد أول جائحة بالعالم منه، ففي العام 2003 كان هناك انتشار للڤيروس بولاية تكساس الأميركية، حيث كان السبب في انتشاره آنذاك شحنة قادمة من غينيا، لأن مصدر الڤيروس وسط وغرب افريقيا، في الغابات الاستوائية الممطرة الغزيرة. وعن طرق الوقاية من الڤيروس، قال د.العنزي إن ذلك يكون عن طريق لبس الكمام حيث ينتقل عن طريق الاتصال الجسدي المباشر، ولكن هناك نسبة انتقال عن طريق الرذاذ، حيث العطاس ينقل المرض، ولهذا فانه من المفضل ارتداء الكمام في الأماكن المغلقة ولابد من التباعد الجسدي عند ظهور الوباء والتعامل معه، وبالطبع تعقيم الأيدي، وأخذ الاحتياط لأنه ينقل عن طريق الحيوانات يجب طهي اللحوم بشكل جيد للقضاء على أي ڤيروسات.

- **تلامس «الكلور» بحمامات السباحة مع الجلد يسبب تهيجاً ويوجب استعمال مرطب قوي ليكون عازلاً.. وكذلك يحمي من مياه البحر**
- **ضرورة التنسيق بين طبيبَي الجلدية والروماتيزم لأصحاب الأمراض المرتبطة بالمناعة كـ«الصدفية» و«اللوبس» لخطة علاجية ناجحة**
- **استخدام الكريمات التجميلية بتركيز عالٍ وبشكل مستمر يؤدي إلى ترقق البشرة وإضعافها وحدوث مضاعفات مع التعرض للشمس**
- **أشعة الشمس الصباحية مفيدة.. والترهلات والتجاعيد نتائج تظهر بتقدم العمر لعدم حماية البشرة لأنها تخزن ما تواجهه في DNA**

الإكزيما المرض الأكثر انتشارا بالكويت ودول الخليج

تساقط الشعر له مواسم وأسباب

تسمير البشرة ممكن ولكن بشروط

الاستخدام المبالغ للكريمات قد يضر البشرة