

## الاساليب الحديثة لمعالجة الندبات الناتجة عن حب الشباب

تنشأ الندبات نتيجة شفاء الجروح الناجمة عن الاصابات او العمليات الجراحية او بعض الامراض الجلدية مثل حب الشباب، وتعد ندبات حب الشباب من اهم انواع الندبات لانها تصيب الوجه عادة وينتج عن ذلك مشاكل نفسية للمرضى بخاصة هؤلاء الذين في سن الشباب.

### **س. ما هي العوامل التي تحدد شكل الندبات؟**

ج. يعتمد مدى ظهور الندبة على عدة عوامل مثل اللون، الملمس، العمق، الطول، العرض، وموقع الندبة بالجسم وبوزها وانخفاضها عن سطح الجلد، ومن العوامل المؤثرة ايضا نوع البشرة ولونها وعمر المريض. وتلعب العوامل النفسية او الشخصية دورا كبيرا في الحكم على مدى ظهور او اختفاء الندبة ولا يقل اهمية عن ذلك، التوقعات والامال التي يأملها المرضى والناس في ازالة هذه الندبات، فعيونهم على الندبات باستمرار وامكانية تحسين مظهر الندبات وليس ازالتها قد لا يكون كافيا في نظرهم.

### **س: ماذا نفعل للتخلص من الندبات؟**

ج. يجب على المريض استشارة طبيب او جراح الجلد باسرع وقت ممكن حيث ثبت ان العلاج المبكر للندبات له تأثير ايجابي على النتائج النهائية حيث يقوم الطبيب باجراء تقييم لانواع الندبات المختلفة ثم اختيار الاساليب المناسبة لكل مريض باستخدام عدة اساليب لعلاج نفس المريض مثل التقشير الكيميائي او الصنفرة الكيميائية او الصنفرة بالليزر او زيادة الانسجة الضامة او رفع الجلد او تطعيمه او استئصال بعض الندبات وغيرها من اساليب الجراحة الاخرى، وعادة ما يتم اجرائها باستخدام مخدر موضعي، وغالبا ما يستغرق اجرائها ساعات قليلة يستطيع المريض بعدها المغادرة الى المنزل في احسن حال كما يمكنه مواصلة نشاطه العادي والعودة الى عمله مباشرة او بعد ايام قليلة.

### **س. هل هناك تحضيرات أو نصائح معينة قبل العلاج؟**

ج. يبدأ برنامج تهيئة الجلد قبل حوالي شهرين من اي اجراء جراحي وذلك بوضع برنامج علاجي خاص حسب نوع ولون البشرة والاسلوب الجراحي المتبع، ويشتمل هذا البرنامج على استعمال دهانات واقية من الشمس وحمض ريتنويد وحمض الفا وبيتا هيدروكسي ومواد تبيض الجلد مثل حمض ال كوجيك وفيتامين "ج" الموضعي ويبدأ الجلد بالتأقلم في خلال ثلاثة اسابيع من بداية البرنامج، وقد يبدو الجلد خلال هذه الفترة محمرا وتعلوه بعض القشور، وهذا امر طبيعي.

وتهيئة الجلد هذه خطوة هامة وبشكل خاص للمرضى ذوي البشرة الداكنة حيث تقلل من حدوث تباين بلون الجلد وتزيد من قدرة الجلد على الالتئام بحيث تصبح عملية شفاء الجلد سريعة وآمنة.

مرضى حب الشباب الذين يتعاطون عقار "الراكوتان" يجب عليهم الانتهاء منه اولا قبل البدء في برنامج تهيئة الجلد، وينصح بفترة راحة لمدة ثمانية اشهر او اكثر قبل البدء بتسوية الجلد، وقد يقوم باجراء اسلوب معين على جزء صغير من الجلد كاختبار قبل البدء بالمعالجة الجراحية الفعلية.

### **س. هل يمكن إعطاء نبذة عن الأساليب المختلفة لعلاج الندبات الناتجة عن حب الشباب؟**

ج. الأساليب الحديثة لعلاج مثل هذه الندبات تشمل الأتي:

استخدام الليزر ذو النبضات الصبغية متعددة الموجات

يستخدم هذا النوع من الليزر لازالة حمرة الجلد الناشئة عن مرض حب الشباب ومعالجة الندبات المنخفضة او المتضخمة قليلا، وينصح باستخدام هذا النوع من الليزر كخطوة اولى ضمن برنامج علاجي متكامل لازالة ندبات حب الشباب.

### **ازالة الندبات بالجراحة تحت الجلد وبدون غرز Subcision**

وهي طريقة جراحية حديثة تقوم على اجراء قطع داخل الجلد تحت الندبات المنخفضة باستخدام ابروة جراحية خاصة، ويهدف هذا الاجراء الى رفع قاعدة الندبة لمستوى سطح الجلد المحيط بها باطلاق الجلد المرتبط بانسجة ليفية عميقة وتكوين كولاجين جديد خلال عملية شفاء الجروح، وبما ان قدرة تكون الكولاجين تختلف من شخص لآخر فان هذا الاسلوب يتطلب عدة جلسات علاجية بحيث تكون الفترة بين الجلسة والاخرى حوالي شهر.

### **التقشير الكيميائي متوسط العمق**

وهو عبارة عن اجراء جراحي يقوم على تحضير الجلد المراد علاجه بغسله بالماء وتنظيفه بمحاليل خاصة ثم بوضع محلول كيميائي مهيج وبشكل تدريجي على المناطق المراد معالجتها وترك محلول التقشير فترة زمنية تختلف من مريض لآخر، وتسبب عملية التقشير الكيميائي تدمير جزئي للبشرة المصابة، تتبعه عملية استبدال للجلد بأخر اكثر شبابا وبالتالي تصبح الندبات السطحية اقل ظهورا وقد يستخدم التقشير في عمليا صفرة الوجه لمزج الجروح وضمان عدم حدوث تباين في لون الجلد ويسمى هذا الاسلوب بالصفرة الكيميائية.

### **صفرة الجلد**

تعتبر صفرة الجلد من افضل الطرق لازالة الندبات الصغيرة الناجمة عن حب الشباب الا ان افضل النتائج لصفرة الجلد هي تلك التي تجرى على الوجه، اما بالنسبة لعمليات الصفرة التي تجرى على اجزاء الجسم الاخرى فان النتائج تكون اقل نجاحا، وهناك عدة طرق لصفرة الجلد، منها استخدام جهاز كهربائي ذو قدرة هائلة للدوران بسرعة او جهاز يطلق حبيبات خاصة مثل حبيبات الرمل ام قد تتم الصفرة يدويا، وتهدف عملية الصفرة الى ازالة الطبقة السطحية للجلد ثم استبدالها باخرى اكثر شبابا وبالتالي الاقلال من ظهور الندبات، وقد تتطلب بعض الندبات العميقة لحب الشباب عدة جلسات على فترات متباينة عدة تمتد الى اكثر من ستة اشهر للحصول على نتائج افضل.

### **تقشير الجلد بالليزر (الصفرة بالليزر)**

ويستفاد من الصفرة بالليزر في معالجة الندبات السطحية المنخفضة او المرتفعة قليلا او الضامرة، وبالرغم من ان الجيل القديم من ليزر ( ثاني اكسيد الكربون ) يستطيع تبخير الطبقة السطحية من سطح الجلد بفاعلية وامان، فان شفاء الجروح كان بطيئا بالاضافة الى استمرار حمرة الجلد لفترات طويلة، اما حديثا وبعد استخدام جهاز ليزر ( ايربيوم ياج ) فقد اصبح بالامكان الحصول على نفس النتائج التجميلية السابقة مع سرعة شفاء الجلد والاهم هو عدم استمرار حمرة الجلد سوى ايام معدودة، وكما ذكرنا ان صفرة الجلد بالليزر يمكن اجرائها كجزء متمم لعملية الصفرة الكيميائية.

### **المعالجة الجراحية للندبات**

تعد الازالة الجراحية الاسلوب الافضل لمعالجة الندبات العريضة والطويلة والبارزة، فمثلا يمكن اجراء قطع بالندبة العريضة واعادة خياطتها كي تصبح اضيق، اما بالنسبة للندبات الطويلة، فقد يلجأ الطبيب الى استخدام الخياطة المتعرجة او الغير منتظمة لتشكيل خط متقطع يصعب على العين متابعته او قد ينقل هذا الخط الى اماكن

اقل وضوحا وهذا يعني ايضا تقليل ظهور الندبة، ويجب على جراح الجلد ان يخطط لاستئصال او تطعيم او خياطة بعض الندبات اثناء عملية الصنفرة الكيميائية حيث يساعد هذا الاسلوب على افضل النتائج.

### **زراعة الدهن الذاتي ( نفس الشخص )**

تعتبر عمليات زراعة الدهن الذاتي من انجح الاساليب الجراحية لعلاج الندبات المنخفضة نتيجة ض مور نسيج ما تحت الجلد . حيث يتم شفط الدهون من اماكن غير مرغوب فيها وبخاصة تلك التي تتجمع في الجزء الخارجي للارداق او اسفل البطن ، وتتم عملية شفط الدهون من هذه الاماكن بواسطة محقنة عادية تحت التخدير الموضعي ومن ثم اعادة حقن الدهن في نفس المريض في الجزء المراد علاجه، وقد يتم تبريد وتخزين الجزء المتبقي من الدهون لاعادة حقنها مرة اخرى في جلسات العلاج المتتالية، وقد لوحظ ان الحصول على نتائج مرضية ودائمة مرتبط بعدد مرات الحقن، وقد لاقى هذا الاسلوب الجراحي رضى العديد من المرضى لسهولة اجرائه وفعاليتته وسرعة نتائجه و امانه التام. كما استحسن العديد منهم الاستفادة من عملية شفط الدهون لتصحيح القوام الى جانب تحسين ندباتهم.

### **حقن الكولاجين ( اصل حيواني )**

كان حقن مادة الكولاجين من اصل حيواني من اكثر الطرق المتبعة بنجاح لعلاج الندبات السطحية المنخفضة قليلا، حيث يتم الحقن في طبقة الادمه في محاولة لرفع الندبة لمستوى سطح الجلد المحيط، ولكن يسبب حقن اي مادة من غير جسم الانسان نفسه حدوث بعض الاثار السلبية والمضاعفات ولذلك ينصح دائما قبل حقن مادة الكولاجين من اصل حيواني عمل عدة اختبارات للحساسية في منطقة الذراعين وبفارق شهرين بين الاختبار والآخر وذلك لاستبعاد حدوث تحسس او مضاعفات، كما يستبعد مرضى الروماتيزم او مرضى المناعة الذاتية من هذا الاجراء ( حقن الكولاجين ).

### **غيارات جراحة الجلد الحديثة**

لم يكن ممكنا الحصول على نتائج مرضية لعمليات تسوية الجلد من صنفرة كيميائية او صنفرة الليزر بدون استخدام ما يسمى بالغيار المغلق للجروح مثل غيار Omiderm ، فلهذا النوع من الغيارات قدرة على ترطيب الجروح اثناء فترة التئامها مع السماح بنفاذ الاكسجين ومنع غزو الجراثيم من خارج الجرح والاسراع بشفاء الجروح مع تقليل الاحساس بالالم اثناء فترة الشفاء.

### **استخدام الكوموفلاج ( الماكياج )**

ان الاستخدام الصحيح لبعض انواع المواد التجميلية ( الماكياج ) يمكن المريض من تغطية الندبات اثناء فترة تهيئة الجلد قبل العلاج الجراحي او في فترة ما بعد العلاج الجراحي حتى يتم الشفاء الكامل للجلد، كما قد ينصح اطباء الجلد باستخدام الماكياج الطبي لتغطية بعض الاثار الناتجة عن التسوية الجراحية للجلد حتى يتم الشفاء الكامل ويمكن لاختصاصية العناية بالبشرة ان تقوم بتدريب المريض على استخدام الاساليب الخاصة بذلك مثل استخدام مصحات الالوان واختيار انواع معينة من الماكياج لا تساعد على ظهور البثور والحساسية.