حب الشباب.. رعاية صحية بآفاق جديدة



◄حب الشباب حالة تصيب الجلد عندما تنسد مسامات الجلد بالدهون وخلايا الجلد الميتة، ومن الشائع ظهور حب الشباب في الوجه والعنق والصدر والظهر والكتفين، وهو حالة قد تسبب الاكتئاب وعدم الارتياح بصورة متواصلة، أما آفات حب الشباب فإنها تلتئم ببطء، وعندما تبدأ الواحدة منها بالتلاشي، فإن أخريات منها تبدأ بالظهور. واعتماداً على شدته، يمكن أن يسبب حب الشباب اكتئاباً عاطفياً، ويؤدي إلى تندب الجلد، أما الخبر الجيد، فإن ثمة علاجات فعالة تتوفر لحب الشباب، وكلما كان العلاج مبكراً، كلما قلت مخاطره الدائمة البدنية منها والعاطفية. الأعراض: عادة ما يظهر حب الشباب على الوجه، العنق، والصدر، والظهر، والكتفين، وهي المناطق التي تشتمل على أكبر عدد من الغدد الدهنية الوظيفية، ويمكن أن يأخذ حب الشباب الأشكال التالية: آفات غير التهابية: الكوميدونات "الآفات سوداء وبيضاء الرأس": تتكون هذه الآفات عند انسداد مسامات الجلد بالإفرازات الدهنية، وخلايا الجلد الميتة، والجراثيم في بعض الأحيان، وعندما تكون هذه الكوميدونات مفتوحة عند سطح الجلد، فإنها تسمى الآفات السوداء بالنظر للمظهر الأسود للسدادات في جريبات الشعر، أما عندما تكون مسدودة، فإنها تسمى الآفات البيضاء، وهي عبارة عن كتل مرتفعة قليلاً وتكتسب لون الجلد. الآفات الالتهابية: - البثور عبارة عن نتوءات صغيرة مرتفعة تشير إلى التهاب مسامات الجلد، وقد تكون هذه البثور حمراء في لونها ومؤلمة عند اللمس. - الحطاطات، وهي حمراء في لونها ومؤلمة باللمس، وثمة صديد فيها من ناحية الرأس. -

العقيدات، وهي كبيرة وصلبة ومؤلمة وتوجد تحت سطح الجلد، وهي تتشكل بتراكم الإفرازات في عمق جريبات الشعر. - الأكياس، وهي كتل مؤلمة مليئة بالصديد وتقع تحت سطح الجلد، وهي التهابات مماثلة للدمامل ويمكن أن تسبب الندوب. متى نراجع الطبيب؟ لا يعتبر حب الشباب حالة طبية خطيرة في الأحوال الاعتيادية، ولكن يمكن مراجعة طبيب الأمراض الجلدية في حالة التواجد الدائم للبثور أو الأكياس الملتهبة من أجل تجنب الندوب أو تلف آخر في الجلد. كيف يحدث حب الشباب؟ هناك ثلاثة عوامل رئيسية تسهم في تكون حب الشباب هي:

- زيادة إفراز الدهون. - تراكم خلايا الجلد الميتة بصورة غير منتظمة، ما يؤدي إلى تهيج جريبات الشعر في الجلد. - تراكم البكتيريا. - ويحدث حب الشباب عند انسداد جريبات الشعر بالدهون وخلايا الجلد الميتة، مع العلم أن جريبات الشعر موصولة بالغدد الدهنية التي تفرز مادة زيتية تُعرف بالزهم من أجل تزليق الشعر والجلد، وعادة ما يتحرك الزهم على طول مجرى الشعر ثمّ إلى الخارج من خلال فتحات جريبات الشعر وصولاً إلى سطح الجلد. عوامل زيادة الإصابة: يمكن أن تفاقم العوامل التالية من حالة حب الشباب: - الهرمونات، الأندروجينات "المنشطات الذكورية" عبارة عن هرمونات تتزايد في الشباب والشابات أثناء مرحلة البلوغ، وتؤدي إلى تضخم الغدد الدهنية، وتكوّن المزيد من الزهم، كما إنّ التغيرات الهرمونية ذات الصلة بالحمل، واستخدام موانع الحمل عن طريق الفم يمكن أن تؤثر في إنتاج الزهم. - أدوية محددة، من المعروف أنّ العقاقير التي تحتوي على الستيرويدات القشرية، والأندروجينات، والليثيوم تسبب حب الشباب.

- الأنظمة الغذائية، تشير الدراسات إلى أن منتجات الألبان والمأكولات الغنية بالكربوهيدرات يمكن أن تؤدي إلى ظهور حب الشباب. الأدوية والعقاقير: تعمل علاجات حب الشباب من خلال تقليل إنتاج الدهون، أو تسريع عملية التغيير في خلايا الجلد، أو محاربة الالتهابات الجرثومية، أو تقليل الالتهابات أو كل هذه الأمور معاً، قد لا تؤدي معظم العلاجات التي يتم وصفها إلى أيّة نتائج لمدة أربعة أسابيع إلى ثمانية أسابيع، وقد تسوء حالة الجلد قبل التحسن. تشتمل أنواع علاج حب الشباب على ما يلي: - العلاجات الموضعية التي يتم شراؤها من المتاجر: قد تُجفف مستحضرات حب الشباب الزيت، وتقتل الجراثيم، وتساعد على سلخ خلايا الجلد الميتة. علاجات موضعية بوصفة طبية: في حالة عدم استجابة حب الشباب للعلاجات التي يتم شراؤها من المتاجر، يمكن النظر في مراجعة طبيب أو إخصائي أمراض جلدية للحصول على محلول لا يُشترى إلا بموجب وصفة طبية، ومن الأمثلة على هذه الأدوية الترينتوين "الأفيتا، الرتين إيه، وغيرها"، والأدابالين "الديفرين" والتازوراك، الأفيج"، وهي مشتقة من فيتامين (E). المضادات الحيوية: قد تقتضي الضرورة الالتزام بدورة علاجية قصيرة بالمضادات الحيوية التي تؤخذ عن طريق الفم من أجل تقليل البكتيريا ومحاربة

الالتهابات، وحيث إنّ المضادات الحيوية التي تؤخذ عن طريق الفم هي أول ما أُستخدم لعلاج حب الشباب، إلا أن مقاومة المضادات الحيوية تزايدت بصورة ملموسة في الأشخاص الذين يعانون من حب الشباب، لهذا السبب، قد يوصي الطبيب خلال ثلاثة أشهر إلى أربعة أشهر من العلاج، بالتوقف عن استخدام هذه الأدوية عندما تبدأ الأعراض بالتحسن. الأدوية المانعة للحمل: وهي التي تؤخذ عن طريق الفم، يمكن أن تُحسّن الأدوية المانعة للحمل والتي تؤخذ عن طريق الفم، بما في ذلك النورجستميتات وإستراديول الإثينيل "الأوروثوترايسايكلين، البريفيفم، وغيرها" حب الشباب في النساء. العلاج بالليزر والضوء: كان ثمة اعتقاد بأنّ العلاج بالليزر يتلف الغدد الدهنية، ما يؤدي إلى قلة إنتاج الدهون، ويستهدف العلاج بالضوء الجراثيم التي تسبب التهاب حب الشباب، يمكن لهذه العلاجات أيضاً أن تُحسّن من تركيبة الجلد وتقلل من ظهور الندوب.►