



الجمهورية العربية السورية

وزارة التعليم العالي

جامعة المنارة

كلية الصيدلة

العدد الثامن

(مشروع أعدّ لنيل درجة الإجازة في الصيدلة والكيمياء الصيدلانية)

إشراف الدكتور

محمد هارون

إعداد الطلاب

نورا نزيه الضرف

حسنا نعمه خوري

العام الدراسي

2021 - 2020

كلمة الشكر

إلى العظيم الذي أزال غيوم الجهل برياح علمه الطيب.....

إلى من كان كلماته تراتيل تليت على مسامعنا.....

إلى منهل العلم ونبع المعرفة.....

إلى الذي مَنَّ علينا بإشرافه على هذا المشروع

الدكتور محمد هارون

له منا كل الشكر والتقدير وعظيم الامتنان

إلى قدوتي الأولى في الحياة.....

إلى من علمني أن الدنيا كفاح سلاحها العلم والمعرفة.....

إلى من خطت تجاعيده قصص نعيمي.....

إلى من زرع في نفسي الثقة والإصرار.....

إلى من أحمل اسمه بكل افتخار.....

والدي الحبيب

إلى ملاكي في الحياة....إلى بسمه الحياة وسر الوجود

إلى من كان دعائها سر نجاحي ومصدر إلهامي الأول

إلى من أمدتني بالصبر والقوة والعزيمة لأصل لهدفي

إلى من تعجز الكلمات عن شكرها

إلى من علمتني وعانت الصعاب لأجلي...إلى من سهرت الليالي لتنتير دربي

إلى رمز العطاء الحب والبلسم الشافي

أمي الحبيبة

إلى من يجدون نجاحي نجاحاً لهم...إلى من أفرح لفرحهم وأفتخر بهم

إلى الذين أرجو لهم أكثر مما أتمناه لنفسي

إلى من ينورون حياتي وإلى من بصمتهم تكون سعادتي

إلى من هم أعلى ما أملك...إلى نور العين ونبض القلب

إلى أشقاء قلبي وروحي وسندي.....

أخوتي: ريم - الدكتور جميل - جورج

إلى من كان اللقاء معها دون ميعاد...مشينا الدرب سوية وتقاسمنا الفرح والتعب
والعناء

إلى من تجمعتني بها أجمل الذكريات

إلى من لا تبدلها حياة ولا تغيرها ظروف..إلى هدية السماء

إلى صاحبة القلب الجميل...إلى صديقة السنين

نورا

إلى من فهموا معنى الصداقة من اللحظة الأولى

إلى من بادلونني الصدق والمحبة والإخلاص

إلى أصحاب القلوب الرقيقة والروح الجميلة

جوى - لجين

حسنا خوري

إلى من أحمل اسمه بكل افتخار

إلى من خطت تجاعيده قصص تعبيإلى من علمني كيف أكون

إلى من علمني معنى الكفاح والجد والتعب

إلى من دعمني لأدخل هذا المجال

والدي الحبيب

إلى أمني ، أماني ومأمني وقوتي ومسكني وسكينتي إلى وردتي

يا شمعة دربي ونور عيني

يا أغلى ما في دنياي ويامن علمتني معنى النجاح والثبات والمثابرة

يامن كان وجودك في دنياي سبباً لأدرك نعمة جديدة من نعم الله عليّ

أمي الحبيبة

إلى من يجري حبهام في عروقي

إلى من أدين لهم بالكثير

إلى القلوب الطاهرة الرقيقة إلى رياحين حياتي

آدم - نتالي - سيده - رازي

إلى من جمعتني بها مقاعد الجامعة فكانت كأجمل هدية
إلى من عرفت معها معنى الصداقة والداعمة الوفية
إلى من تجمعتني بها أجمل الذكريات ولحظات الجامعة ..الأعلى على قلبي

حساء

إلى من لا تبدلها حياة ولا تغيرها ظروف
إلى صاحبة القلب الجميل والروح الطيبة
إلى أقرب الناس إلى قلبي

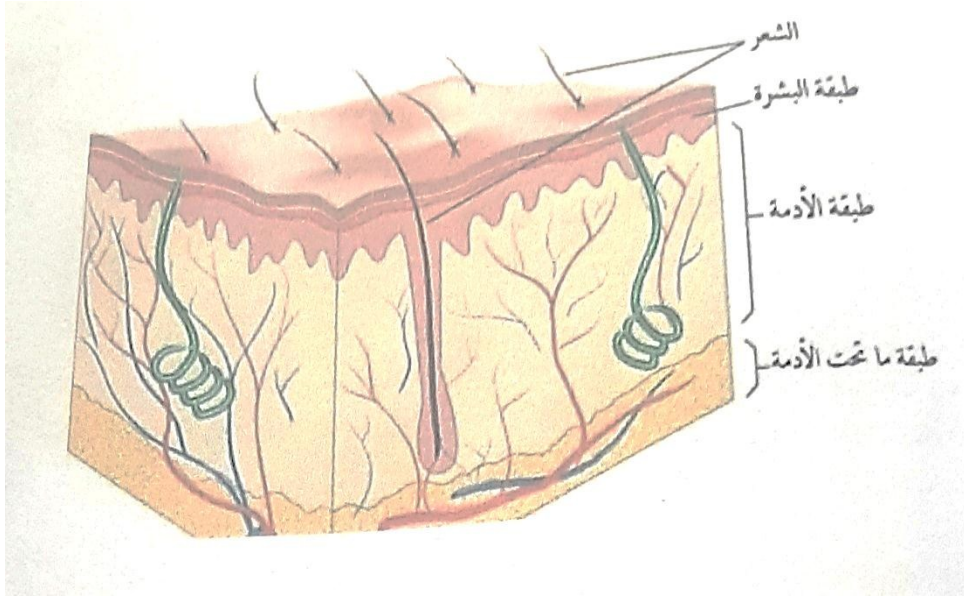
جوى

نورا الضرف

الفهرس

رقم الصفحة	العنوان
8	التعريف بالجلد وبنيته
11	أنواع البشرة
12	طرق العناية بالبشرة
13	حب الشباب
14	تعريف العد الشائع
14	انتشار حب الشباب
15	الإمراضية وآلية الحدوث
16	الأسباب الرئيسية
19	عوامل ثانوية لبقاء أو التفاقم حب الشباب
23	أقسام الآفات العدية
42	العلاج الليزري
43	أنواع أخرى من العد
47	العلاج النباتي
54	الاستبيان
63	الخلاصة
64	المراجع

تعريف بالجلد وبنيته :



الجلد: هو الغلاف الذي يكسو جسم الإنسان ويغطيه من الرأس حتى القدمين، وهو أكبر الأعضاء حجماً تختلف ثخانتها من موقع لآخر، فهو أثخن ما يكون على الراحتين والأخصمين وأرق ما يكون على الجفنين أما لون الجلد فيختلف بحسب العرق البشري وشدة التعرض للشمس. يتألف الجلد من **طبقتين رئيسيتين:** البشرة والأدمة، يربط بينهما جهاز الوصل البشري الأدمي. **جنينياً:** يتشكل الجلد خلال الأسابيع الأولى من المرحلة الجنينية.

• مكونات الجلد:

أولاً: البشرة: Epidermis

هي الطبقة السطحية للجلد وهم على تماس مباشر مع المحيط الخارجي، وهي أرق مكونات الجلد حيث تبلغ ثخانتها 0.2 مم.

تتألف البشرة من أربع طبقات من الخلايا هي من الخارج للداخل:

الطبقة المتقرنة - الطبقة الحبيبية - الطبقة الشوكية - الطبقة القاعدية.

1- الطبقة المتقرنة Stratum corneum:

وهي تلك الطبقة الخارجية من البشرة وتحتوي على خلايا ميتة (خلايا قرنية). تحتوي هذه الطبقة على 15 - 20 طبقة من الخلايا المسطحة والتي لا تحتوي على النوى ولا على العضيات الخلوية. يظهر سيتوبلازم هذه الخلايا وجود كيراتين بروتيني صلب خيطي.

2- الطبقة الحبيبية *Stratum lucidum*:

تتألف من صفيين أو أقل من عدد كبير من الخلايا الميتة وتتكون هذه الخلايا مما يسمى بالهلام الكراتيني وهي عبارة عن حبيبات صغيرة الحجم.

3- الطبقة الشوكية *Stratum spinosum*:

هي طبقة تتركب من نحو 4 إلى 10 صفوف من خلايا حية لها زوائد شبه شوكية عند التقاء الخلايا بعضها ببعض.

4- الطبقة القاعدية *Stratum basale*:

وهي عبارة عن صف واحد من الخلايا الحية وتكون قاعدية الشكل وطويلة وتمتاز بالضيق وتحتوي هذه الطبقة على ما يسمى بصبغة الميلانين التي تمنح الجلد لونه.

ثانياً: الأدمة *Dermis*:

هي الطبقة الحقيقية للجلد وهي أسمك من طبقة البشرة وتنشأ من الميزودرم (الطبقة الوسطية) في المراحل الجنينية وتشكل 90% تقريباً من سمك الجلد، تتكون من أوعية دموية - أوعية لمفاوية - غدد عرقية - غدد دهنية - كولاجين - إيلاستين.

النسيج تحت الجلد *Hypodermis* :

يتكون أساساً من نسيج ضام وأوعية دموية وخلايا تخزن الدهن . ويساعد النسيج تحت الجلد في وقاية الجسم من الضربات وغير ذلك من الإصابات، كما يساعد أيضاً في حفظ حرارة الجسم. وتزداد كمية الدهن الموجودة فيه بزيادة تناول الطعام . وإذا احتاج الجسم إلى طاقة إضافية فإنه يستهلك هذا الدهن المخزون .

لون الجلد :

يختلف لون الجلد اختلافاً كبيراً بين الشعوب والأفراد . ويتوقف لون الجلد أساساً على كمية صباغ الميلانين الذي يتم إنتاجه وتتوقف كمية الميلانين المنتجة في كل شخص على الوراثة بصفة أساسية . يتميز ذوي البشرة الداكنة بمستوى وتركيز صبغة الميلانين في الجلد أكثر من الناس ذوي البشرة الفاتحة والبيضاء . يتم إنتاج الميلانين من الخلايا التي تسمى الخلايا الصبغية، وتعمل هذه الخلايا على حماية الجلد من ضرر الأشعة الشمسية، لذلك تعمل على

زيادة إنتاجها من الميلانين رداً على التعرض لأشعة الشمس، الأمر الذي يؤدي أحياناً إلى حدوث النمش الذي هو بطبيعة الحال مناطق صغيرة تكونت نتيجة لزيادة إنتاج الميلانين فيها . ومع تقدم السن، تقوم الخلايا المنتجة للميلانين بإنتاجه بطريقة غير منتظمة، فتبقى بعض مساحات الجلد فاتحة في حين أن بعضها الآخر يبقى قاتماً وتسمى هذه البقع القاتمة أحياناً بقع الشيخوخة (الهرم) أو البقع الكبدية اللون . كما يصبح الجلد أرق وأكثر جفافاً مع زيادة تقدم العمر . ولذا، يبدأ الجلد بالتجعد ويصبح مغطى بالقشور أو الحراشف .

فوائد الجلد :

1. يعتبر الجلد خط الدفاع الأول للجسم ضد الميكروبات
2. تعمل الطبقة الدهنية في الجلد كعازل للحرارة، كما أن الغدد العرقية تحافظ على درجة حرارة الجسم من الارتفاع عن طريق إفراز العرق ويعتقد أيضاً أن للغدد الدهنية خواص ضد بكتيرية
3. يحتوي الجلد على مستقبلات عصبية للإحساس بالحرارة والبرودة والضغط واللمس.
4. إفراز الميلانين في البشرة يقي الجلد من الأشعة فوق البنفسجية ويقلل احتمال الإصابة بسرطان الجلد.
5. يشكل الجلد أول جدار حماية من الفيروسات في الجسم.

أنواع البشرة:



1- **البشرة الدهنية:** هي البشرة التي لها لمعان ومساماتها واسعة، وهذا اللمعان بسبب ارتفاع نسبة الدهون التي تفرزها الغدد في بصيلات الشعر أو بسبب لزوجة هذه الإفرازات الدهنية التي يصعب خروجها وغالبا ما تؤدي البشرة الدهنية إلى ظهور البثور أو ما يسمى بحب الشباب في سن البلوغ.

ويمكن معرفة ما إذا كانت البشرة دهنية عن طريق مسح البشرة بمنديل ورقي جاف بعد الاستيقاظ من النوم، فإذا ظهر بلل زيتي على المنديل هذا يعني أن بشرتنا دهنية.

2- **البشرة الجافة:** هي البشرة التي تكون فيها نسبة إفراز الدهون أقل من المستوى المطلوب لترطيب البشرة، فنجد أن البشرة الجافة رقيقة ومتقشرة، ولذلك تكون غالبا خشنة الملمس حيث إن هذا التقشر يؤثر على الطبقة الرقيقة الواقية لأجزاء البشرة الداخلية.

3- **البشرة المركبة:** هي البشرة التي يكون جزء منها جاف والجزء الآخر دهني حيث أن الجزء الدهني يتركز عادة في منطقة الجبين والأنف والذقن، فهي تشكل حرف " T " أما الجزء الجاف يكون في منطقة الخدود وأمام الأذنين، ولذلك يكون الجزء الدهني معرضا للبثور، وأما الجزء الجاف فيه خشونة وتقشير.

4- **البشرة العادية:** هي البشرة التي بين الجافة والدهنية؛ حيث أنها بالمستوى المتوسط للمعتدل، ولهذا من كانت بشرته عادية لا يعاني من أي مشاكل غالباً

5- **البشرة الحساسة:** هي بشرة سريعة الاحمرار والالتهاب، وغالباً ما تكون جافة ورقيقة، وهي قليلاً ما تتقبل مستحضرات التجميل، أو المواد التي تحتوي على عطور أو مواد حافظة كالتي في سوائل التنظيف.

• طرق العناية بالبشرة:



1. **شرب الماء:** شرب الماء بكميات كافية للجسم من أهم الأمور، لأنه إذا انخفضت نسبة السوائل الموجودة في خلايا الجسم ستؤثر مباشرة على خلايا بشرة الوجه، فإنّ إنا أن تصبح جافة، أو حساسة أو حتى دهنية.

2. **التغذية السليمة:** هي من الأمور المهمة جداً لأن نقص الفيتامينات في الجسم سنجد تأثيره على البشرة مباشرة، فكما يقولون إن البشرة هي مرآة الجسم الداخلي، فيجب تنويع الطعام كالخضار والفواكه، لأنها هي الكنز الوفير للفيتامينات ولا ننسى البروتينات والمعادن والأملاح الضرورية لبناء الجسم.

3. **الإقلاع عن التدخين:** هو من الأمور الضرورية التي ينصح بها الأطباء من أجل تحسين لون ونضارة البشرة.

4. **تنظيف البشرة:** تتعرض البشرة إلى الغبار، والماء، والشمس، مما يؤدي إلى تراكم الأوساخ الدقيقة في مسامات البشرة ويمكن تنظيف البشرة بغسلها بالماء الدافئ ولكن إذا كان الماء يحتوي على نسب عالية من المعقمات كالكلور وغيره فمن المفضل استخدام ماء الورد بعد كل غسل للبشرة وذلك بمسح البشرة بقطعة نظيفة مبللة بماء الورد.

5. **عدم التعرض لأشعة الشمس لفترات طويلة:** كما أن لأشعة الشمس فوائد كثيرة، فإن لها أيضاً ضرراً فالتعرض لأشعة الشمس لفترات طويلة يؤدي إلى إتلاف الطبقة الخارجية الواقية للجلد وينصح الأطباء بعدم التعرض للشمس وخاصة في الفترة التي تكون بين الساعة الحادية عشرة صباحاً إلى الساعة الرابعة عصراً وكذلك يمكن استخدام الدهون الواقية من الشمس ولكن يجب الانتباه إلى أن يكون هذا الواقي مناسباً لنوع ولون بشرتنا.

6. **تجنب التوتر والقلق.**

7. **النوم المنتظم:** النوم بشكل كاف ليلاً في الظلام ضروري جداً للبشرة فالنوم يعطي الجسم والبشرة قسط وافر من الراحة.

• مشاكل البشرة:

1- حب الشباب: ACNE VULGARIS "



مصطلح يأتي من الفساد في (اليونانية) حب الشباب بمعنى انفجار للجلد، وذلك في كتابات Aërius Amidenus الذي استخدم في حد ذاته مصطلح حب الشباب وهو يشير إلى وجود بثرات وحطاطات

يعتبر من أكثر مشاكل الجلد شيوعاً خاصة بين الشباب ففي

سن المراهقة يعاني معظم الشباب من هذه المشكلة، ولو بدرجة بسيطة بل ويقضون الكثير من وقتهم في البحث عن العلاج.

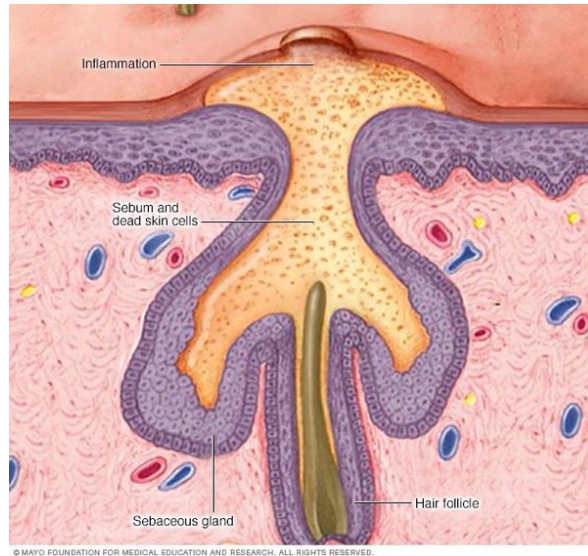
في الواقع كل الشباب سيظهر عندهم في وقت ما عدد صغير من بقع حب الشباب، وبعضهم سيصابون بأكثر من ذلك.

إن 85% من مجتمع الشباب يتكون عندهم ما يعرف بحب الشباب الفيزيولوجي. ورغم أن هذا يعتبر أمراً اعتيادياً في هذا العمر، فإنه غالباً ما يسبب لهم نوعاً من القلق، ورغم ذلك فإن حوالي 15% يصابون بدرجات أكثر إزعاجاً من حب الشباب، وبدرجات متفاوتة من البسيطة إلى المتوسطة أو الشديدة، ويعرف في هذه الحالة بحب الشباب السريري، وهذا يتطلب تدخل الطبيب وفي بعض الأحيان اختصاصي الأمراض الجلدية ومع ذلك وبالعلاجات المتوفرة حالياً فإن أغلب حالات حب الشباب، يتم علاجها بنجاح.

لقد لوحظ حب الشباب في جميع السلالات البشرية، ولكنه أقل شيوعاً في بعض السلالات مثل اليابانيين والسود.

تعريف العد الشائع:

هو مرض جلدي التهابي يصيب المناطق الغنية بالأجربة الشعرية الزهمية، (ويصل للردفين) ويتصف بفرط الزهم (مزيج من الشحوم الثلاثية والسكوالين) واضطراب في تفرغ الجريبات مع تشكل الزؤنات، ويعقب ذلك حطاطات التهابية، وبثور وخراجات عقيدية، وقد تنتهي الحالات الشديدة منه بتشكيل الندبات.



انتشار حب الشباب:

تعد الأماكن الشائعة لحب الشباب هي الوجه والصدر والكتفين والرقبة والظهر التي تعتبر مواقع الغدد الدهنية.

تبدأ الإصابة الأولى بحب الشباب عادة في أوائل العقد الثاني من العمر ويعزى ظهوره في الإناث قبل الذكور، إلى حدوث البلوغ مبكراً في الإناث، ومن النادر جداً ملاحظة حب الشباب

في عمر 8 أو 9 سنوات فإذا لم يعالج يزداد عددها لتصل إلى أقصى حد عند عمر 17 عاماً في الإناث و18 أو 19 عاماً في الذكور أما شدة الإصابة فيما بعد فتبقى ثابتة نوعاً ما وتحسن تدريجياً من عمر 21 إلى 22 عاماً.

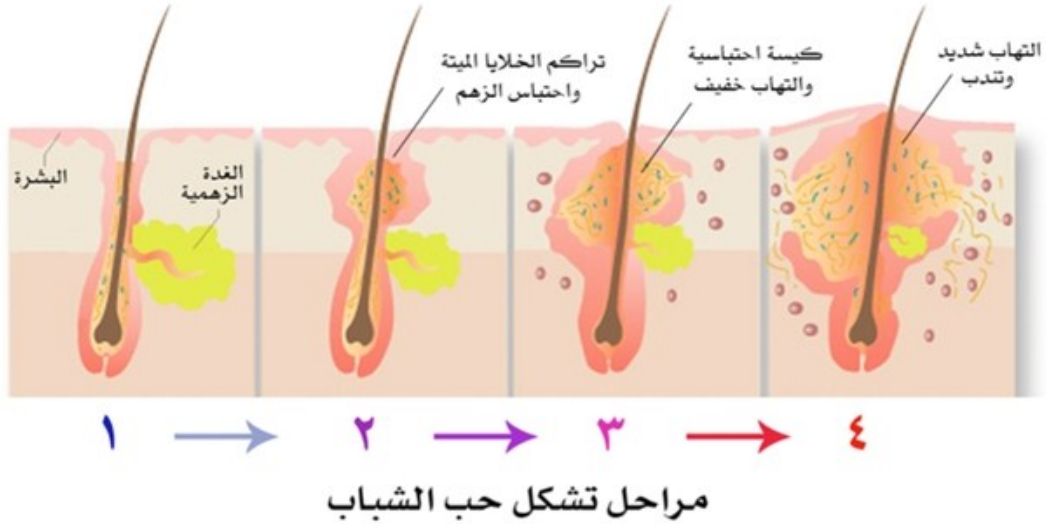
إن أغلب حالات حب الشباب السريرية تزول عند عمر 25 عاماً، إلا أن 5% من الحالات في الإناث يمكن أن تبقى حتى عمر 40 عاماً، أما في الذكور فقد لوحظ هذا التأخر في 1% فقط من الحالات، وحيث إن حالات حب الشباب الاعتيادية بين المراهقين تكون أقل شدة فإنها لا تدوم إلا لفترة قصيرة عادة من 4 إلى 6 سنوات، وتعتبر نسبة الإصابة متساوية بين الجنسين لكن الإصابات تكون عادة أكثر شدة لدى الذكور.

الإمراضية وآلية الحدوث:

كيف يتكون حب الشباب؟

يتكون حب الشباب عندما يتراكم الزهم (الناتج عن زيادة إفراز الغدد الزهمية) وخلايا الجلد الميتة، فنقوم بسد الجريب الشعري مشكلة السدادات الزؤانية، كما يظهر حب الشباب في بعض الحالات بسبب خطأ في عملية توضع الكيراتين في الجلد، مؤدياً إلى تؤسف غير طبيعي بطبقة الجلد المسامية.

تشكل المفرزات الزهمية التي تتجمع تحت المسام المغلفة بالسدادات الزؤانية بيئة ملائمة لتكاثر الجراثيم البروبيونية **Propionibacterium acnes** الموجودة في الجلد حيث تقوم بحلمة الشحوم الثلاثية المكون الأساسي للزهم إلى حموض دسمة حرة مخرشة، ويلتهب الجلد كرد فعل طبيعي، مما يشكل الإصابة التي نراها.



الأسباب الرئيسية:

1- فرط التقرن على مستوى قمع الجراب الشعري الزهمي:

تنصف البشرة العدية في مواقع الإصابة على مستوى القمع بفرط التقرن وفرط التصنع والتكاثر الخلوي، دون وجود أي خلل على مستوى جسور الاتصال بين الخلايا. وقد بينت الدراسة المخبرية أن للأنترلوكين L-1 دور بازياد عملية التكاثر الخلوي في البشرة القمعية، وكذلك الوسائط الالتهابية الأخرى، كما أن انخفاض نسبة حمض النينوليك يؤدي إلى فرط التقرن، وتلعب الاندروجينات دوراً في فرط التقرن. حيث تصبح المادة القرنية نتيجة التغير في نموذج التقرن في الوحدة الشعرية الزهمية أكثر كثافة، وتعيق إفراز الزهم وتسد مخارج الغدد الزهمية، مما يؤدي إلى تراكم الزهم الكيراتين والخلايا الميتة والجرانيم وهذه السدادات القرنية تدعى بالزؤانات، وهي من أول مظاهر حب الشباب.

2- فرط تصنع وإفراز الغدد الزهمية:

الزهم لد دور رئيسي في إحداث العد، فهو يعمل كركيزة للبكتيريا ويحدث هذا الإنتاج المتزايد من خلال تحريض الغدد الدهنية بفعل الأندروجينات وجزئياً بفعل البروجيستيرون في الإناث وهذا ما يفسر انتشار العد في فترة البلوغ، كما يفسر اشتداده خلال الدورة الطمثية في الإناث. إن استجابة الخلايا الزهمية للتحريض الاندروجيني أمر نسبي، ويختلف من شخص لآخر ولكنه يؤدي إلى زيادة نشاط الغدد الزهمية وزيادة حساسيتها في أغلب الحالات وسنشرحه في دور

الاندروجينات، وبالإضافة إلى تأثير الاندروجينات هناك العديد من العوامل تؤثر في نشاط هذه الخلايا مثل:

- Peroxisome proliferator – Activated Receptor.
- Insulin.
- Growth factor
- TSH.
- Hydrocortisone.

دور الأندروجينات:

تفرز هذه الهرمونات الجنسية من المبيضين عند الإناث ومن الخصيتين عند الذكور ومن الغدتين الكفريتين عند كلا الجنسين.

ومن أهم الأندروجينات:

التستوسترون، دي هيدروتستوسترون، كبريتات ديهيدروستيرون، 4 أندروستين ديون وهذه الأندروجينات تنقل بالدم وهي مرتبطة بالبروتينات الرابطة للهرمونات الجنسية وأهمها (SHBG) **Sex Hormone Binding Globulin** ويبقى قسم ضئيل منها بشكله الحر وهو الذي يؤثر على مستوى الخلية الهدف (الزهمية) بارتباطه إلى مستقبلاتها، وحين وصول الأندروجينات وخاصة التستوسترون إلى الخلية الهدف (الزهمية) يتحول إلى شكله الفعال وهو **Dihydrotestosterone (DHT)** وذلك تحت تأثير خميرة هي **5 Reuctase Alpha**، كما يوجد **17 Beta Hydroxy Stroid Dehydrogenase** وهي الخميرة التي تقوم بتحويل **Testosterone** إلى **delta 4 Androstendion** ومن ثم يتحول إلى **DHT** الشكل الفعال بواسطة **5- a - R**.

- تؤدي زيادة الأندروجينات إلى فرط إفراز الزهم من الغدد الزهمية ومن ثم تشكل حب الشباب.
- وتنتج هذه الزيادة عن:

- 1- الإنتاج المرتفع للأندروجين من منشأ خصيوي أو مبيضي أو كظري.
 - 2- زيادة الأندروجين الحر الناتج عن نقص البروتين الرابط للهرمون الجنسي.
- زيادة في فعالية الخميرة **5a R** المحولة للأندروجين الحر إلى **DHT** الشكل الفعال الذي يؤثر على الغدد الزهمية.
- 3- الاستجابة المفرطة للغدد الزهمية نتيجة زيادة المستقبلات داخل خلوية الرابطة للهرمون.

4- دور البكتيريا والجراثيم:

العضويات الدقيقة لها أهمية بالغة في إمراضية العد، وهي موجودة بشكل طبيعي وبأعداد قليلة على الجلد، ولكنها تتكاثر بشكل كبير عند انسداد الجريبات الشعرية بالسدادات الزؤانية حيث تستخدم الزهم المحبوس ضمن الجريبات وتنتج الليبياز الذي يتفاعل مع الغليسيريدات الثلاثية المكون الرئيسي للزهم، وتكون النتيجة تشكل حموض دسمة حرة تتوزع في الأنسجة المحيطة بالجريب حيث تعمل كمحرضات مخرشة والتهايبية مشكلة الحبوب، وهذه الحموض تقوم بتأمين الوسط الحمضي اللازم لنشاط هذه البكتيريا.

وتنتج هذه البكتريا أنزيمات ووسائط كيميائية تحرض الالتهاب الجريبي وحول الجريبي. ولا بد من الإشارة إلى أنه لولا وجود السدادات الزؤانية التي تمنع تصريف الزهم، لما توفر لهذه الجراثيم الوسط المناسب للتكاثر، وتشكيل الحبوب وأهم هذه الجراثيم:

a- المكورات العنقودية البشرية: **Staphylococcus Epidermidis**.

b- البريونيوية العدية: **propionibacterium Acnes**.

c- الملاسيزية النخالية: **Malassezia Furfur**.

لا بد من التنويه إلى أن الجراثيم البريونيوية لها دور إنثاني ودور تحريضي مناعي والتهايب.

5- دور الوراثة:

للوراثة دور هام في حدوث العد حيث تتحكم في كل من حجم الغدد الزهمية وفعاليتها واتساع المسامات الجلدية، ويوجد 4-5 مورثات مسؤولة عن الاستعداد للإصابة بالعد كما يوجد تبدلات وراثية المنشأ على مستوى وظائف الأنزيمات الاستقلابية للريتونويدات ومن المحتمل ظهور العد عند الأولاد في سن البلوغ بنسبة 50% إذا كان الأب والأم قد أصيبا به.

عوامل ثانوية لكن تحريضية لبقاء أو لتفاقم حب الشباب:

1- المواد الغذائية:

إن المواد الغذائية ممكن أن تكون سبب من أسباب ظهور حب الشباب، لكن من الملاحظ أن نسبة تحسن حالات المصابين بحب الشباب الذين كانوا يلتزمون في اتباع نظام غذائي صحي ومتوازن، أكثر بكثير من الذين لا يكفون عن تناول الوجبات السريعة والعصائر الصناعية والحلوى والساكر، وغيرها من الأطعمة السيئة التكوين أو التحضير أو الإضافات الكيميائية.

صحيح أن الطعام ليس سببا رئيسيا لإطلاق حب الشباب، إنما الأسباب الهرمونية الميينة أعلاه، لكن الدراسات الحديثة أثبتت وجود تأثير مباشر لتناول السكريات وإطلاق التستوستيرون الحر في الدم.

ولشرح هذه الآلية نذكر ما يلي:

إن هرمون الأنسولين مسؤول عن تنظيم عمليات تمثيل السكر في الجسم، وأن نسبة إفرازه من البنكرياس وطرحه في الدم لينتقل عبره إلى جميع الخلايا ترتبط عملياً بمستوى السكر في الدم، فترتفع في ارتفاعه وتنخفض مع انخفاضه.

نسبة ضئيلة من هرمون التستوستيرون تكون حرة في الدم، أما النسبة الأعظم فهي ترتبط بالبروتين الخاص الناقل للهرمونات الجنسية **(SHBG) Sex hormone Binding globulin**

يعمل الأنسولين على تحرير التستوستيرون من هذا البروتين الناقل، ويصبح التستوستيرون الحر أكثر تركيزاً وجاهزاً للتحويل إلى الهرمون النشط **DHT** كلما كان معدل الأنسولين مرتفعاً أكثر، كلما كانت نسبة التستوستيرون المحررة أعلى.

تناول الأطعمة الغنية بالسكريات السريعة الامتصاص والتمثيل (المربطات، العصائر، الحلوى، الشوكولا، المعجنات، البسكويت، الكاتو، الخبز الأبيض وغيرها).

ترفع معدل السكر في الدم بشكل سريع وفجائي، فيستجيب البنكرياس لهذا الارتفاع بإطلاق كميات كبيرة من الأنسولين لتمثيل هذا السكر، ويعمل الأنسولين المرتفع على تخفيض قدرة البروتين الناقل، فتتحرر كميات إضافية من التستوستيرون أكثر من المطلوب، تتأثر الغدد الزهمية بهذا المستوى الزائد من التستوستيرون الحر، كما ذكرنا أعلاه، فتتشط وهذا أساس المشكلة.

2- التوترات:

قد يكون للتوتر النفسي والإجهاد الجسدي والحياة الروتينية والسهر الكثير أثراً أحياناً على حدة حب الشباب حيث أن الانفعالات النفسية تؤدي إلى زيادة الأندروجينات، ومنه إلى زيادة الزهم، وقد لوحظ أن العد الشائع يزداد سوءاً في الامتحانات عند معظم الطلاب.

3- مواد التجميل:

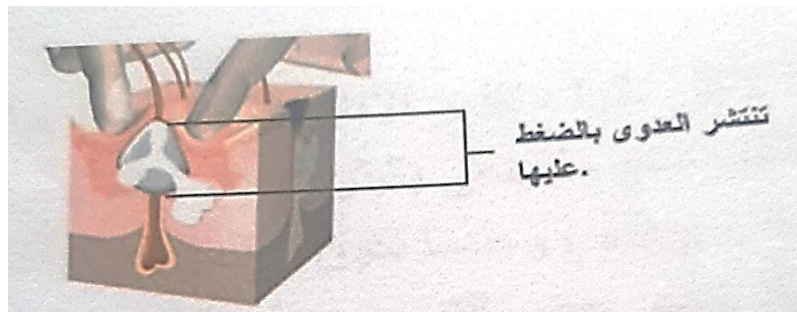
المساحيق والبودرة ومواد التجميل المختلفة، خصوصا التي تحتوي على الفازلين أو زيت البارافين، قد تلعب دورا في ظهور حب الشباب، وذلك بمنع خروج الدهون من تحت سطح الجلد، إذ تعمل هذه كطبقة أو ستار يحجز خروج تلك الدهون وتزيد بذلك من مضاعفات حبوب الشباب، كما أن مستحضرات التجميل التي تحتوي على مواد عطرية وملونات، وحتى واقيات الشمس التي تحتوي على مرشحات كيميائية تلعب دورا سيئا في إثارة حب الشباب خصوصا مع التعرض المفرط للشمس لأنها تسبب الحساسية الضوئية.

وفي سبعينيات القرن العشرين تلقت مستحضرات التجميل شعبية سلبية، والتي افترضت أن بعض المواد المستخدمة في إنتاج مستحضرات التجميل يمكن أن تسبب حب الشباب وتجعل مشكلته تتفاقم خصوصا لدى النساء البالغات، وهناك بعض المواد التي اعتبرت مسببة لحب الشباب وهي:

ايزوبروبيل ميرستات	زيت بذرة العنب	ستييرات البوتيل
ايزوبروبيل حمض النخل	زيت جوز الهند	حامض الأوليك
ايزواسترايزوبروبيل	زبدة الكاكاو	اوكتيل حمض النخل
حمض الأيزوستيرات	اللانولين	ميرستيل ميرستات

4- العبت بحب الشباب:

إما بعصرها أو قحطها بواسطة الأظافر أو الفك الدائم أو بعض العادات المتبعة كسند الوجه على راحة اليد. ينتشر الالتهاب إلى سطح الجلد وكذلك إلى داخل قناة البصيلة والمناطق المحيطة بها في الطبقات العميقة من الجلد، ويؤدي ذلك إلى زيادة الرقعة المصابة، ويزيد من احتمال حدوث الندبات خاصة في الإصابات الشديدة.



5- التعرض لأشعة الشمس:

قد يكون لأشعة الشمس خصوصا في فصل الصيف أثرا واضحا على سرعة اندمال حبوب الشباب وشفائها مرحليا، وذلك بفعل الأشعة فوق البنفسجية، إلا أنه وفي معظم الأحيان يلي هذه المرحلة الخادعة إعادة اندفاع قوي لحب الشباب، وهذه المرة مع مضاعفات التهابية أكثر حدة، لذا لا يجب التعرض للشمس من دون حماية قصوى للمناطق المصابة.

6- العقاقير الطبية:

مثل مركبات اليود، البروم، والكلور لها أثر هام على ظهور حبوب الشباب إذ تزيد من حدتها لهذا يجب الحذر من الإكثار من ملح الطعام الذي يضاف إليه عادة مركبات اليود. كما أن مركبات الكورتيزون وإن كانت تفيد أحيانا بجرعة قليلة ولمدة قصيرة على تخفيف حدة حبوب الشباب، إلا أن استعمالها لفترة طويلة ولجرعة كبيرة تؤدي إلى ظهور المزيد من حبوب الشباب والمضاعفات الأخرى.

كما أن مهدئات الأعصاب ومضادات الاكتئاب وأدوية الصرع والفييتامين B12 وأملاح الذهب والهرمونات، والعديد من المراهم وغيرها من الأدوية تزيد من حدة حب الشباب خصوصا مع التعرض لأشعة الشمس أثناء استعمال هذه الأدوية.

الملاحح السريرية:

الوجه - الظهر - الجذع في المناطق الشائعة الأكثر تأثرا، تظهر الآفات المبكرة على هيئة حطاطات غير ملتهبة (الزوان)، وعندما تلتهب ينتج ما يدعى بالبثرات (كيسات شعرية زهمية موسعة تحتوي على زهم وظهارة متقرنة وجراثيم) وعندما تكون الآفات أكبر وأكثر شدة تظهر بأشكال عقدية أو كيسة سريرية وقد تظهر بعض التموج، وفي الآفات الأكثر شدة ينتج عن الشفاء ندبات محفورة أو منخفضة أو ندبات مفرطة النمو أو جدرات، وقد تترافق بعد شفائها بفرط أو نقص التصبغ.

أقسام الآفات العدية:

• حب الشباب غير الالتهابي Non – In Flammatory Acne:

• الرؤوس السوداء (الزؤان المفتوح Open Comedones):

تحدث عندما تغلق المسام جزئياً، مما يسمح لبعض الدهن والجراثيم وخلايا الجلد الميتة من الارتشاح إلى سطح الجلد، حيث تتألف السدادات الزؤانية من مجموعات محتشدة من مئات الخلايا المتقرنة الملتصقة بشدة إضافة إلى الزهم والعديد من الجراثيم.



• الرؤوس البيضاء (الزؤان المغلق Closed Comedones):

تحدث عندما تُغلق المسام كلياً، مما يحبس المواد الدهنية والجراثيم وخلايا الجلد الميتة، وهذا يسبب ظهور رؤوس بيضاء على سطح الجلد.



• حب الشباب الالتهابي Inflammatory Acna:

• الحطاطات Papules:

هي عبارة عن نتوءات حمراء مُلتهبة بدون رأس بيضاء



• النافطات (Pustules):

شبيهة بالرؤوس البيضاء إلا أنها ملتهبة، وتظهر على شكل دوائر حمراء ذات مركز أبيض أو أصفر، حيث تتمزق ظهارة الزؤان المغلق، وتحل في الأدمة محتويات السداة الزؤانية كالخلايا المتقرنة والزهم والأشعار والجراثيم مؤدية إلى آفات التهابية وهي تشفى تاركة مكانها بقعة مصطبغة.



• العُقد (Nodules):

هي نتوءات كبيرة وقاسية تظهر تحت سطح الجلد، وتمتد لأسابيع أو أشهر وهي آفات عميقة تشفى تاركة مكانها ندبات أحياناً.



• الأكياس (Cycts):

تُشبه العقدة إلا أنها تكون مملوءة بالقبيح وقد يصل قطرها إلى 5 ملم أو يتجاوز ذلك، وقد تكون ذات جوف أو عدة أجواف وهي الاندفاع الرئيسي في العد المكعب.



• الندبات (Scars):

تنتج حين يُعصر كيس حب الشباب، مما يؤدي بدوره إلى التهاب أعمق وأكثر إيلاًماً، وقد تكون ندبات غائرة أو بارزة نتيجة خلل في توزع الكولاجين، عادة ما يُعاني المصابين من النوعين السابقين معاً.

وعندما تبدو الندبات غير متناسبة مع شدة الأذيات فعلى الطبيب أن ينتبه إلى أن المريض قد تلاعب بالآفات، ولذا فمن الضروري أن يتم تثقيف المريض بطريقة مناسبة عن مضاعفات هذا الفعل، وغالباً ما يكون القلق والاكنتئاب هو السبب الكامن لحب الشباب المتسحج عند الفتيات.



العلاج:

قبل البدء بعلاج العد يجب:

- تصنيف شدته: خفيف، متوسط، شديد.
- نمط الاندفاع: زواني، حطاطي التهابي، كيسي، عقدي.
- التوضع: الجذع أكثر من الوجه، أسفل الظهر أكثر من أعلى الظهر.
- عدد الاندفاعات:

_ 20 اندفاع فهو خفيف.

_ 20 - 50 اندفاع فهو متوسط.

_ 50 اندفاع وما فوق فهو شديد.

من الأفضل للمريض أن يعلم بأن لعلاج يتطلب على الأقل من 4-6 أسابيع حتى يبدأ التحسن بالظهور، وأن تلك الآفات القديمة قد تستغرق أشهراً حتى تختفي، وبذلك فإن الحكم على مقدار التحسن متعلق بعدد الآفات الجديدة التي تتشكل بعد 6-8 أسابيع من بدء العلاج، وقد يتطلب العلاج وقتاً إضافياً ليظهر تحسن في الظهر والصدر، حيث أن هاتين المنطقتين هما الأبطأ في الاستجابة للمعالجة.

• مبادئ المعالجة:

- 1- طرح السدادات القرنية باستخدام الأدوية الحالة للزؤان.
- 2- إنقاص عدد الجراثيم في الأجرية الشعرية بإعطاء الصادات الحيوية.
- 3- إنقاص معدل إنتاج الزهم إما بالتأثير على الغدد الزهمية أو على الأندروجين.
- 4- إنقاص التأثير المخرش الالتهابي على الجلد باستعمال مضادات الالتهاب.

تقسيم العلاج من حيث التطبيق إلى:

1- علاج موضعي:

- مضاد الالتهاب: ويشمل

- بيروكسيد البنزويل، حمض الأزيليك، صادات موضعية.
- الريتينويدات الموضعية.
- الأيزوترينتين الموضعي.

2- علاج فموي:

• الصادات الفموي.

• الأيزوترينتينين الفموي.

تعطى المعالجة الموضعية عادة للمرضى الذين لديهم زؤانات غير التهابية والذين لديهم تبدلات عدية التهابية خفيفة إلى متوسطة الشدة، إن استخدام المعالجة الموضعية يخفف من التأثيرات الجانبية الناجمة عن استخدام الأدوية الجهازية.

ماذا يمكنك أن تفعل للوقاية أو التحكم بحب الشباب إلى جانب العلاج؟

• اغسل المناطق المصابة بمنظف لطيف، إن اتباع نظام غسل مرتب يومياً باستعمال الماء الدافئ وصابون خاص للوجه لا يحتوي على مرطبات، هو أحد الاجراءات الوقائية التي يوصى بها.

• استخدم غسولات حب الشباب التي تباع في الصيدليات بدون وصفة تستعمل لتخفيف الدهن الزائد وتعزز تقشير البشرة.

• ابتعد عن المواد المهيجة للجلد مثل المواد التجميلية الدهنية، والكريمات الواقية من أشعة الشمس واستعمل المستحضرات التي كتب عليها عبارة "أساس مائي Water - basd " أو لا يسبب الزوان .Noncomedogenic

• انتبه من الأشياء التي تلامس بشرتك أبعد الشعر واليدين والأشياء الأخرى كسماعة الهاتف مثلاً. يجب على الذكور المصابين بحب الشباب والذين يستعملون آلات الحلاقة الآمنة أن يقوموا بتطرية الذقن قبل الحلاقة بواسطة الماء الدافئ والصابون يجب أن يكون اتجاه الحلاقة باتجاه نمو الشعور وأن يكون المرور بآلة الحلاقة على كل منطقة مرة واحدة.

ما هي الغسولات والصابون المستخدمة مع علاجات حب الشباب؟

تتوفر في الصيدليات منتجات كثيرة ومختلفة لعلاج حب الشباب والتي تباع بدون وصفة، وعادة ما تحتوي هذه المنتجات على مواد فعالة مثل البيروكسيد البنزويلي Benzoly Peroxide أو حمض الصفصاف (الساليسيليك) Salicylic Acid أو الكبريت Sulfur وقد تحتوي على مادة فعالة واحدة أو تركيبة من عدة مواد. وهذه المنتجات متوفرة بأشكال صيدلانية متنوعة مثل الهلامات gels، والغسولات lotions، والمحاليل المنظفة Cleansers، والأقنعة masks والصابون soap.

يعتبر البيروكسيد البنزويلي الأكثر فعالية بين المنتجات التي تباع بدون وصفة طبية، حيث يعمل كمقشر ويمتلك قدرة مضادة للجراثيم ويستعمل مرتين يومياً. أما حمض الصفصاف والكبريت فهما مقشران بشكل رئيس، ويستعملان بفعالية للإصابات المتوسطة. تستعمل منتجات حمض الصفصاف عادة كمنظفات ثم تشطف لإزالتها. أما المنتجات الحاوية على الكبريت فتستعمل مرة إلى ثلاث مرات يومياً. معلومة عامة: عند استعمال مستحضرات حب الشباب ادهن على جميع المنطقة ولا تركز فقط على الحبوب وكن على علم بأن العلاج يستغرق من 6-8 أسابيع قبل الشعور بتحسن ملحوظ.



العلاج الموضعي:

الريتينوئيدات الموضعية TRETINOIN:

الترتينوئين فعال جدا في حالات العد الزؤاني، وفي معالجة المركب الزؤاني في بعض حالات العد الشديد، ويعتبر الريتينوئين لوحدة أكثر حالات الزؤان فعالية حيث يعمل على تصحيح التقرن في الظهارة الجريبية، ويساعد في تصريف الزؤانات الموجودة ويثبط تشكل زؤانات جديدة، أظهرت الدراسات نقص التأثيرات الجريبية، ونقص التماسك في الزؤانات الخفيفة عند استخدام الريتينوئين، وإن الجريبات المفتوحة تصبح أكثر قابلية لنفوذ مضادات الجراثيم وهذا بدوره يؤدي إلى نقص البريبونات العدية، كما يعمل على تنظيم النمو والتكاثر الخلوي في البشرة، وينقص من قوة الروابط بين الخلايا المتقرنة وجسور الاتصال. ويلعب دوراً في تثبيط خميرة **Cholesterol Sulfotransferase** مما يزيد عملية التوسف وتثبيط الريتونويدات نمو الخلية الزهمية مع بقاء إفرازها خلافاً لأيزوترتينوئين.

لكن يجب أن نعلم المرضى عن التأثيرات الجانبية الناجمة عن استخدام الريتينوئين والتي تشمل التوسف، حس الحرق، حمامى، تفاقم آفات العد الالتهابي.

ويمكن تخفيف التخريش إلى الحد الأدنى باستعمال الدواء على جلد جاف وبتركيز متزايدة حسب التحمل: تبدأ الجرعة بـ 0.025% على شكل كريم ويجب أن يستخدمه المريض بشكل مبدئي مرتين في الأسبوع ليلاً، ثم تزداد الجرعة لتصبح كل يوم ليلاً هذا ثم نزيد التركيز إلى 5% أو 0.1% بالاعتماد على الاستجابة السريرية، ويمكن استخدام 0.1% أو 0.025% على شكل هلام عند المرضى ذوي الجلد الدهني أو الذين يعيشون في مناطق ذات مناخ رطب، ويجب أن ينتظر المريض 20 دقيقة بعد غسل الوجه ليضع الكريم.

أما 1% **Adapalene gel** فهي خيارات للمرضى الذي يحصل لديهم تهيج بهذه الجرعة القياسية من الريتينوئين، إن استخدام الريتينوئين أثناء الحمل هو مضاد استطباب على الرغم من أن امتصاصه قليل، هناك بعض المرضى الذين سجلوا حساسية للضوء عند استعماله، لذلك لا بد من استخدام الواقيات الشمسية.

هذا ويجب أن يحذر المرضى من أن العد سيتهيج خلال أول أربعة أسابيع من المعالجة.

0.05% أو 0.01% Tazorae هي ترينونين موضعي يستخدم لمعالجة الصدف والعد ويمكن أن يستخدم لدى المرضى الذين لديهم عدم تحمل ترتيوتوئينات الأخرى، ويحتاج التحسن السريري لاستخدام المعالجة المستمرة 6-8 أسابيع، كما يستخدم ترتيوتوئين لمعالجة العد المهني، العد الدوائي، العد الشبخي الشمسي.

الترتينونين			
الاسم التجاري	الشركة	الشكل الصيدلاني.	العيارات
ACTIN-A	ميديفارم	Solution	0.05 %
ADERMIN	ابن حيان	Cream	0.05 %
LOCACID	يونيفارما	Cream Lotion	0.05 % 0.1%
RETINOID	دومنا	`cream Gel Solution	0.025 – 0.05 % 0.1% 0.025 % 0.025 %
NO-ACNE	الشفاف	Cream Lotion Gel	0.025 – 0.05 % 0.025 % 0.025 – 0.1 %



الأيزوترتينوئين الموضعي:

يستخدم الأيزوترتينوئين **Isotretinoid** الموضعي على شكل هلام لعلاج الآفات الالتهابية وغير الالتهابية لدى المرضى الذين يعانون من العد الخفيف إلى المتوسط، حيث أن تطبيقه مرتين يومياً، ولمدة 14 أسبوع يؤدي إلى إنقاص تلك الآفات كما أنه جيد التحمل.

الإيزوترتينوئين الموضعي			
الاسم التجاري	الشركة	الشكل الصيدلاني	العيار
X-ACNE	روبي	GEL	0.05 %
ISO RETINOID	دومنا	GEL	0.05 %
ISO TRETINE	ابن الهيثم	GEL	0.05 %
TRINOIN	دلنا	GEL	0.05 %

وهناك مشاركة بين الأيزوترتينوئين 0.05% والأريترومايسين 2% تستخدم في المعالجة الموضعية للعد الشائع الخفيف إلى المتوسط تحت اسمين تجاريين هما:
ACNETRIX GEL لشركة ابن الهيثم وأيضاً **X – ACNE PLUS** لشركة روبي.



بنزويل بيروكسيد BENZOYL PEROXID:

يعتبر عاملاً قوياً قاتلاً للجراثيم حيث يتحلل بالسيستئين الموجود في الجلد، مؤدياً إلى تحرر جذور الأوكسجين الذي يؤكسد بدوره البروتينات الجرثومية الموجودة في الجريبات الزهمية، كما أنه يؤدي إلى إنقاص الحموض الدسمة الحرة، وبالتالي يعمل على إنقاص فرط القرن وتشكل الزؤنات الدقيقة، ويستخدم البنزويل بيروكسيد في العد الالتهابي والعد غير الالتهابي لكن أظهرت الجرعة 2.5% نفس الفعالية التي تحدثها 10% وبتهيح أقل وبشكل عام الجل المعتمد على

الماء وليس الكحول أفضل لأنه سبب تهيجا أقل، ويطبق موضعيا 1-2 مرة يوميا، من أهم آثاره الجانبية: التهيج الجلدي.

البنزويل بيروكسيد			
الاسم التجاري	الشركة	الشكل الصيدلاني	العيارات
ACNECID	ابن الهيثم	GEL Lotion	2.5 – 5 – 10 % 5%
BEN –OXIDE BEN-OXID MILD BEN-OXIDE LOTION	دومنا	GEL GEL Lotion	5 – 10 % 2.5 %
BREVOCID	الشفاف	GEL Cream Lotion Emulsion	2.5 – 5 – 10 % 5% 5 – 10 % 5 – 10 %



حمض الأزليك Azelaic ACID:

وهو عبارة عن حمض دي كاربوكسيليك، يستعمل في علاج الحالات الخفيفة والمتوسطة وخاصة الحالات المترافقة بزيادة التصبغ بعد الآفات العدية، ويؤثر على العد بالآليات التالية
يؤثر الدواء بخاصيته المضادة للتقرن، والمضادة لتكاثر الخلايا المترافقة.
يملك تأثيراً كابحاً لنمو الجراثيم بتثبيطه صنع البروتينات الجرثومية.
يؤخر الدواء تحول التستوستيرون إلى دي هيدرو تستوستيرون من خلال تثبيطه التنافسي لخميرة 5- ألفا ريدوكتاز 5- alpha reductase وله تأثير مضاد للالتهاب أيضاً.
يطبق موضعياً مرتين يومياً، أما الجلد الحساس مرة واحدة فقط، ومن آثاره الجانبية: التهيج الجلدي ونادراً حساسية ضوئية.

حمض الأزليك			
الاسم التجاري	الشركة	الشكل الصيدلاني	العيارات
AZALINA	أوبري	Cream	20 %
AZEDERM	ميديوستيك	Cream	20 %
AZELEC	دومنا	Cream	20 %



الصادات الحيوية Antibiotics:

هي الدعامة الأساسية لحب الشباب الالتهابي، ويمكن استخدامها موضعياً أو فموياً في العد الخفيف تستخدم موضعياً وأهمها الاريترومايسين والكليندومايسين في العد المعتدل الصادات

الحيوية المختارة عن طريق الفم هي التتراسيكلين والدوكسيسيكليين والأريثروميسين والباكتريم، وغالبا ما يكون المينوسيكليين فعالا في حب الشباب الغير مستجيب أو المقاوم للعلاج بالصادات الحيوية السابقة.

تستخدم المضادات الحيوية الموضعية **Topical antibiotics** في حالات هي:

- لعلاج حب الشباب الحطاطي الخفيف، والذي يمكن يُسيطر عليه بالعلاجات الموضعية.
 - للمرضى الذين يرفضون أو لا يستطيعون تحمل المضادات الحيوية عن طريق الفم.
- وتتزايد حالياً المقاومة لدى الجراثيم العدية تجاه الصادات الحيوية، وقد لوحظ تطور مقاومة متصالبة تجاه كل من الاريتروميسين والكلينداميسين، ويمكن تجنب حدوث المقاومة باتباع التوجيهات التالية:

- 1- استعمال أدوية أخرى غير مضادات الجراثيم مثل: البنزويل بيروكسيد وحمض الأزيليك.
- 2- تجنب الاستخدام المتزامن لمضادات جراثيم فموية وموضعية.
- 3- استخدام مضاد الجراثيم الفعال لدورات علاجية متكررة عند الحاجة وفصل الدورات العلاجية بفترات قصيرة من المعالجة بالبنزويل بيروكسيد للقضاء على الجراثيم المقاومة.

الأريثروميسين Erythromycin:

ينتمي إلى مجموعة الماكروليدات التي تثبط التركيب البروتيني الجرثومي من خلال الارتباط مع الوحدة البنيوية الريبوزومية S 50.

إن هذا الارتباط يثبط استطالة البروتين بواسطة الببتيد ترانسفيراز، أو أنه يمنع ترجمة الريبوزوم أو يقوم بكلا الفعلين، وهو فعال ضد الجراثيم إيجابية الغرام.

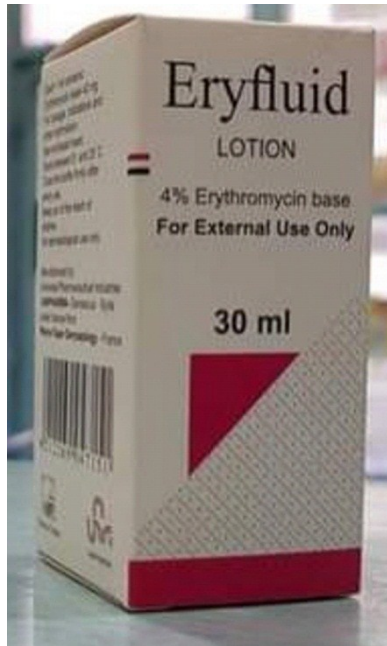
الاريتروميسين موضعياً يستعمل بنجاح لعلاج العد، مؤدياً إلى إنقاص الآفات حتى 50-60% حيث يعمل على تثبيط اطلاق الليباز من البريونات العدية، وبالتالي إنقاص تركيز الحموض الدسمة الحرة المشكلة للزؤان.

كما ينقص الحطاطات والبثرات عن طريق تأثيره المضاد للالتهاب بواسطة تثبيط الجذب الكيماوي للعدلات.

كما أن إضافة الزنك إلى الاريتروميسين تؤدي إلى زيادة هذه الفعالية العلاجية، حيث تؤدي إلى إنقاص الآفات الالتهابية.

يطبق الاريثرومايسين مرتين في اليوم موضعيا، ومن آثاره الجانبية: جفاف، حكة، توسف، حس الحرقه.

الأريثرومايسين			
الاسم التجاري	الشركة	الشكل الصيدلاني	العيارات
ACNASOL ACNASOL FORTE	ميديفارم	Solution SOL	2 % 4 %
AKNICIN SOL	الرازي	SOL	20 mg lml
ERYFLUID LOTION	يونيفارما	SOL	4 %
ERYTHRO GEL ERYTHRO SOL	دومنا	GEL SOL	4 % 2 - 4 %
ERYTROMYCIN	الشهباء	GEL	2 %



الكليندامايسين Clindamycin:

هو من زمرة اللينكومايسينات التي تقوم بتثبيط تركيب البروتينات الجرثومية من خلال تثبيط بعض خطوات الترجمة، حيث يعمل على إنقاص تكاثر البريونات العدية، كما أن له خواص مضاد للالتهاب عن طريق تثبيط الجذب الكيماوي للمعدلات.

يطبق موضعيا مرتين باليوم، وإن 1% سلفات كليندامايسين فعال في معالجة العد الشائع المعتدل منه وحتى الشديد، وتعادل فعاليته موضعيا فعالية التتراسكلين عن طريق الفم 250 ملغ مرتين يوميا، وعلى الرغم من حدوث التهاب الكولون الغشائي عند إعطائه فمويا فإن استخدامه الموضعي يعتبر آمن وسليم، ومن آثاره الجانبية تهيج الجلد.

الكليندامايسين		
الاسم التجاري	الشركة	العيارات
ACNEMICIN	القنواتي	1 % sol
CLINDACIN	ميديفارم	1 % sol
CLINDACIN T	دلنا	1 % sol
CLINDO PLUS	السعد	1 % sol
DALAMYCIN	دومنا	1.19 % sol
KLIOCIN T	ابن زهر	1 % sol



الايزوتريتينوين Isotretinoin:

من مشتقات الفيتامين A، ويستعمل لعلاج العد الشديد الكيسي الذي لا يستجيب للمعالجة التقليدية وحتى الجهازية، يعتبر الدواء الوحيد الذي يؤثر بشكل مباشر على التقرن الجريبي غير الطبيعي ويثبط وظيفة الغدد الزهمية حيث يقلل الإفرازات الدهنية، ويعيد تقرن الجريبات إلى مستواه الطبيعي مانعا تشكل ندبات جديدة وآلية عمله لم تعرف بشكل كامل.

الجرعة:

يعطى الايزوتريتينوين بجرعة 0.5 - 2 ملغ / كغ تعطى على دفعتين يوميا لمدة 15 إلى 20 أسبوعاً، بحيث لا تقل الجرعة الإجمالية المعطاة خلال هذه الفترة عن 120-150 ملغ / كغ وإذا انخفض العدد الكلي للعقد إلى 70% وذلك قبل إكمال المعالجة في هذه الحالة يمكن التوقف عن تناول الدواء.

ومن أهم الأشكال التجارية ريتان **RETANE**.

مضادات الاستطباب:

الدواء مضاد استطباب: في حالة قصور وظيفة الكلى أو وظيفة الكبد، في حال فرط قوي لدهون الدم، في حالة فرط فيتامين A وفي حالة الإعطاء المشترك مع النتراسكلينات يعتبر الحمل مضاد استطباب مطلق الايزوتريتينوين بسبب تأثيراته الماسخة للأجنة، وبالتالي يجب إجراء اختبارين مصليين اثنين للتأكد من عدم وجود حمل قبل إعطاء الايزوتريتينوين للنساء في سن الإنجاب، مع إعادة اختبار الحمل بعد ذلك مرة كل شهر. ويتم تطبيق الدواء لمدة شهر واحد فقط، مع استخدام دوائين اثنين من موانع الحمل الفعالة، ويجب أن تكون المريضة على علم بخصائص هذا الدواء قبل تناوله، وأن تخضع للمراقبة أثناء فترة المعالجة.

تحصل التأثيرات الجانبية لدى معظم المرضى وتتمثل بـ:

- جفاف الجلد والأغشية المخاطية (جفاف الشفتين، نزوف أنفية، جفاف الملتحمة).
- الصداع: وعندئذ يجب التفكير بالورم الدماغي الكاذب.
- الاكتئاب أحيانا.
- ارتفاع الشحوم الثلاثية في الدم: في 25% من الحالات.
- ارتفاع الكوليسترول: 15%.
- انخفاض تركيز الليبوبروتينات عالية الكثافة: 5%.

- ارتفاع بسيط في اختبارات وظائف الكبد.
- ارتفاع مستوى للجلوكوز الصيامي في الدم.
- العديد من الارتكاسات، كضعف الرؤية الليلية، أعراض عضلية هيكلية أو أعراض معوية، جفاف الجلد، رقة الشعر ظهور آفات حبيبية الشكل في منطقة ظهور العد، فرط نمو العظم.

الاستقصاءات المخبرية:

عند كل المرضى يجب معايرة الكوليستيرول، الشحوم الثلاثية / اختبارات وظائف الكبد، وذلك قبل العلاج، وبعد بدء العلاج بـ 4 أسابيع، تعود المستويات المرتفعة لكل من أنزيمات الكبد والشحوم الثلاثية، إلى قيمها الطبيعية عند انتهاء المعالجة.

الايزوتريتينين الجهازية أكثر الأدوية فعالية للسيطرة على الأشكال الشديدة من العد، حيث يؤدي إلى شفاء طويل حتى بعد إيقاف العلاج، إن معظم المرضى يحتاجون إلى كورس علاجي واحد فقط 25% منهم يحتاجون إلى أكثر من ذلك.

على الطبيب المعالج أن ينتظر 4-6 أشهر بعد انتهاء الكورس الأول وقبل البدء بإعطاء كورس إضافي.



العلاج الهرموني:

إن المرضى الذين لديهم عد شديد لا يستجيب للمعالجات السابقة، ويوجد لديهم مضاد استقلاب للايزوتريتينين يمكن أن يستفيدوا من العلاج الهرموني، يتم تأثير الهرمونات في العد الالتهابي المزمن وفي حال تواجد الشعرانية أو خاصة أندروجينية مذكورة إن المعالجة الهرمونية الجهازية تنقص إنتاج الزهم عن طريق تأثيرها على الأندروجين.

ومن مضادات الأندروجين: أسيتات السيروتوتورون، السيبروفيرون أسيتات، والسيميبتدين.

والتي تقوم بزيادة البروتين الرابط للأندروجين، ومنه يقلل الأندروجين الحر الفعال الذي ينشط الغدد الزهمية وبالتالي يقل الزهم.

والخيارات العلاجية الهرمونية الثلاث هي:

الأستروجين الذي يثبط الأندروجين المبيضي.

الغلوكوستيروئيدات التي تثبط الأندروجين الكظري.

مضادات الأندروجين المحيطة سبيرونولاكتون.

يمكن إعطاء جرعة منخفضة من الأستروجين على شكل مانعات الحمل الفموية، والتي تؤدي إلى إنقاص إنتاج الزهم عند الوصول إلى جرعة 35-50 ميكروغرام، ويمكن الحصول على تثبيط أكبر بمشاركة الأستروجين مع الغلوكوستيروئيدات مثل 5 ملغ بريدينزون، فهذه الجرعة المنخفضة من البريدنيزون والديكسميثازون لها تأثيرات مضادة للالتهاب ومضادة للأندروجين.

يعتبر السبيرونولاكتون مشتق ستيرويدي ومضاد أندروجيني فعال، فهو يتنافس مع الأندروجين في أماكن المستقبلات، كما يثبط إنتاج الأندروجين من المبيض والمظر، تختلف جرعته -200 25 ملغ يوميا وله بعض التأثيرات الجانبية: مدر بولي، قصور لوتيني، غثيان وإقياء.

ومن أهم الأسماء التجارية في العلاج الهرموني:

DIANE

المواد الفعالة: سيبروتيرون أسيتات 2 ملغ + ايتينيل استراديول 35 ملغ.

آلية عمله: تزيد البروتين الرابط للأندروجين SHBG ويقلل الأندروجين الحر، ويمنع ارتباط الأندروجين الفعال DHT بمستقبلاته السيتوزولية وهو مانع حمل أيضا.

الاستطباب: العد الشديد المعند على الصادات الجهازية وكذلك الشعرانية.

يعطى مضغوطة واحدة باليوم لمدة 21 يوم بدءا من اليوم الأول للدورة، تعاد بعد 7 أيام لعدة أشهر، يوقف عند زوال العد والشعرانية كليا.

مضادات الاستطباب:

الحمل، سيرة ذاتية لخثار وريدي أو شرياني، وجود عوامل خطورة شديدة أو متعددة للإصابة الشريانية أو الانصمام الخثاري الوريدي، الأمراض القلبية المترافقة مع ارتفاع الضغط الرئوي أو مع خطورة الصمة، الشقيقة، النوبات الاقفارية الدماغية العابرة غير المترافقة مع الصداع،

الأمراض الكبدية والتهاب الكبد الالتهابي، الندبة الحمامية الجهازية الحصيات الصفراوية سرطان الثدي والجهاز التناسلي.

تحذيرات:

وجود عوامل خطورة للانصمام الخثاري الوريدي، الأمراض الشعرانية والشقيقة، فرط بروتين الدم، سيرة سابقة لاكتئاب شديد خاصة إذا كان مريضاً بمانعات الحمل الهرمونية، الداء المنجلي، داء كرون.

الآثار الجانبية:

إقياء، غثيان، صداع، تغيرات في الوزن، احتباس السوائل، اكتئاب، كلف، فرط ضغط الدم، أورام كبدية، ازدياد بسيط في خطر الإصابة بسرطان الثدي.

الحقن داخل الآلة:

بالنسبة للعد متوسط الشدة، يستخدم الـ "تريام سنولون" على شكل مُعلق حقنا ضمن الآفة بجرعة (5.2 مغ / مل لكل آفة) حيث يفيد غالباً في تسريع شفاء الحطاطات العميقة والكيسات.

العلاج الضوئي:



نلجأ إلى الليزر أو المعالجة المُتقوية بالضوء Photodynamic therapy كحل بديل عند فشل المعالجات التقليدية أو عدم إمكانية تطبيقها لوجود مضاد استقلاب.



استخدم الضوء المرئي بنجاح لعلاج حب الشباب الخفيف إلى المعتدل، بينت الدراسات أن الضوء فوق البنفسجي (405-520) نالومتر الذي تم إنشاؤه ضمن بنية نيون مزدوج اللون واستخدم مرتين

أسبوعي، أنه قد حد من عدد آفات حب الشباب بنحو 64%.

ويبدو أن العلاج يعمل بشكل أفضل عند استخدام مزيج من الضوء المرئي والبنفسجي والأحمر مما أدى إلى تخفيض 76% من الآفات بعد ثلاثة أشهر من العلاج يوميا عند 80% من المرضى.

العلاج الليزري:



استخدم لبعض الوقت للحد من النوبات التي خلفها حب الشباب، وهناك أبحاث جرت لاستخدامه لمنع تشكيل حب الشباب نفسه، وهو يستخدم لإنتاج واحد من التأثيرات:

لحرق الكيس الذي ينمو فيه الشعر.

لحرق الغدة الزهمية التي تنتج الزهم.

للحث على تشكيل الأكسجين في البكتيريا وقتلها.

علاج الندبات وآثار حب الشباب:

الندبة هي الأثر الذي يتركه الالتهاب الناجم عن حب الشباب بعد شفائه، وتتشكل الندبة من الجرح في محاولة منه لمداواة نفسه، مما يؤدي لكثير من الكولاجين في بقعة واحدة.

وهناك ما يسمى ندوب التصبغ وهي تتكون العد الكيسي العقدي حيث تزن هذه العقيدات مكانها علامات ويقع قائمة تحتاج إلى الكثير من الوقت حتى تشفى ويذول التصبغ.

تعالج الندبات السطحية والخفيفة بالتقشير باستخدام أحماض ألفا وبيتا هيدروكسي من أمثال حمض الغليكوليك والساليسيليك وغيرها.

تمتلك هذه الأحماض خواص تجدد البشرة مثل إنقاص التصاق خلايا القرنية، وتترافق مع إنقاص فرط التصبغ.

من الأسماء التجارية:

Glycoline plus

يحتوي حمض الغليكوليك والريتينول ويطبق مرة مساء لمدة 6 أسابيع.

حف أو تسحيح الجلد (الصفرة) **Dermabrasion**:

وهو إجراء طبي يستخدم لإزالة الطبقة السطحية من الجلد للتخلص من الندبات السطحية من الجلد للتخلص من الندبات والبقع السوداء ويعتمد على الكشط للتخلص من الندبات الشديدة، وهو إجراء مؤلم جداً وغالباً ما يتطلب تخدير عام وقد تنزف البشرة وقد يستغرق عدة أشهر لتنمو وتخشن من جديد، كما أنه مفيد لإزالة الندب المرتفعة عن سطح الجلد وأقل فعالية مع الندب الفائرة.

هذا الإجراء كان قليل الاستخدام سابقاً، أما الآن فهو يستعمل الليزر ويستخدم CO2 وهو أسهل بكثير للاستعمال والقياس، وعملياً غير دموي مقارنة مع الكلاسيكي.

أنواع أخرى من العد:

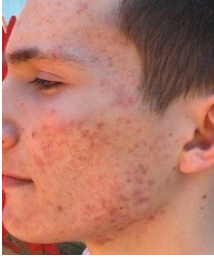
• العد الوليدي (Neonatalacne):



تبدأ الآفة الجلدية مباشرة بعد الولادة بشكل حطاطات صغيرة على المناطق الزهمية، خاصة الجبهة والخددين بسبب زيادة فعالية الغدد الزهمية نتيجة تأثرها بأندروجينات الأم الحالة تزول تدريجياً خلال أسابيع قليلة.

• العد الشبابي (Jurenileacne):

هذا الشكل من العد يصيب الذكور بشكل أساسي، ويظهر على الوجه خلال حوالي عمر الثلاثة أشهر بعد الولادة، وقد يستمر حتى عمر 5 سنوات.



الأسباب:

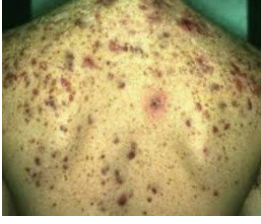
- التحريض الكظري يعبر المشيمة.
- الورم المذكور أو فرط تصبغ الكظر الولادي (متلازمة كظرية)
- الأدوية

• العد الكيسي (Cysticacne):



هو كيسات تحوي سائل سميك ولزج ومنقط بالدم، الأماكن الأكثر إصابة هي الوجه والظهر، هذا الشكل يجب تفريقه عن أكياس الورم العصبي الليفي.

• العد المكعب (Conglobata):



وهو عد قبيحي مزمن أو تطور نزلي، يمكن أن يستمر حتى سن الكهولة، يبدأ عند اليافعين بشكل شديد ومنتشر مع إفراط زهمي غزير للوجه والجذع، ويمكن أن يمتد حتى الساعدين والمناطق الأليوية ويترك ندبات مشوهة وهو شكل شديد من العد قد يصيب الوجه والظهر عند الفتيات.

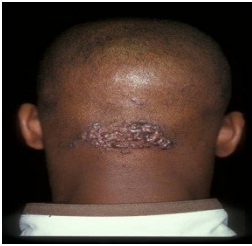
• العد الشمسي (Solar acne):



قد يصيب هذا النوع الأعمار المتقدمة من الكهول، خاصة في منطقة ما حول الحجاج، إذ أن معظم المرضى يتعرضون لفترة طويلة للإشعاع فوق البنفسجي والأذية الشمسية للأدمة يسمح للأقنية الزهمية الشعرية لتصبح أسهل تممدا ومنه يتشكل العد.

• عد المنظفات (Detergent acne):

غير شائع يحدث عند المرضى الذين يغسلون وجوههم عدة مرات يوميا، أملاً بأن يجعلوا آفاته الموجودة أكثر اعتدالاً، بعض الصوابين القاتلة للجراثيم تحوي مركبات مولدة للعد مثل الهيكسي كلوروفين الذي يؤدي إلى آفات بثرية وحطاطية.



• العد الجدي (Acne keloidalis):

هذا الشكل ينجم عم إنتان قبيحي في الغدد الزهمية، يؤدي إلى تخرب وتشوه شكل النسج مع تشكل الجدرات.

• العد المتقرح – المتسحج (Acne excoriata):



هذا الشكل شائع في المرضى المصابين بتوترات نفسية وعصبية، خاصة

الذين يعيثون بنكش وعصر الآفات، هذا قد يؤدي إلى تشكيل قشور وندبات منقطة وهو يلاحظ كثيراً عند الفتيات.

• العد المداري (Tropical acne) :



الجو الحار الرطب يؤدي إلى تعرق غزير، انسداد فتحات الأوعية في الغدد العرقية، وهذا يترافق مع انسداد الفوهات الزهمية الشعرية

• العد الوردية (Acne rosacea) :



وهي آفة عدية الشكل التهابية مزمنة، تصيب الوجه وخاصة الأنف، وتتميز بالحمامى بالبرثات، توسع الشعيرات الدموية، وضخامة تهتك في الأوعية الدموية، يترافق بالحكة والحرق، وينكس العد الوردية باستمرار، تعتمد المعالجة الموضعية على المواد المطهرة والقابضة ومضادات المجر كالبيود والكبريت، وتعتمد المعالجة الرئيسية على إعطاء التتراسكلين بطريق الفم فترة طويلة.

• الاندفاعات العدية - الدوائي (Acniform eruption) :

تلاحظ الحطاطات بشكل رئيسي وبشكل أقل شيوعاً البرثات تشبه العد الشائع وتظهر فجأة. الآفات ليست بالضرورة أن تظهر على المناطق الزهمية، قد تنتشر على الصدر والجذع والأطراف.



هناك عوامل مختلفة قد تسبب اندفاع عدي الشكل وتشمل: الأدوية: مثل الفينوتوئين والستيروئيدات القشرية موضعياً خاصة عندما تغطي الجلد لفترات طويلة قد تسبب اندفاع عدي الشكل، البيود، والبروم والفيتامينات والمعادن.

أدوية أخرى مثل: ايزونيكوتينيك هيدرازين (INH)

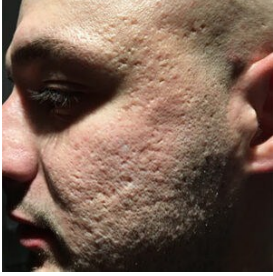
كلورالهيديرات وبروبانثين قد تسبب اندفاع عدي الشكل، المواد الكيماوية، الكلور الذي ينجم عن فرط كلورة أحواض السباحة، كلونفتالين وزيتوت أيضاً، قطرات الفم الحجري، البترول ومشتقاته قد تسبب اندفاع عدي الشكل أيضاً.

• العد الجبهي - العد النخري (Acne frontalis):



الحطاطات البثرية الجرابية تظهر على الجبهة وهي ذات انخفاض مركزي يسبب النخر المركزي. الآفات قد تشفى مع ندبات تشبه الآفات المتأخرة من الجدي.

• العد الندبي (Acne scar):



أنواع معينة من العد قد تترافق مع تندب شديد خاصة المترافقة مع انتان جرثومي ثانوي، أو العبث المتكرر بالآفات وتسحجها عند المرضى المصابين.

• عد عدم الحركة:

المرضى المراهقين الذين يستلقون على الفراش لفترة طويلة، كما في جناح الأمراض العظمية، يصابون عادة بهياج العد ما يسمى العد عدم الحركة، وهذا يحتمل إنه ينجم عن تغير في بيئة الجلد الذي قد يؤهب للاستعمار الجرثومي للقناة الزهمية الشعرية.

• عد مواد التجميل (Cosmetance):



الآفات تحدث بشكل موضعي كنتيجة للاستخدام المستمر للكريمات والمساحيق والتي تترك لفترة طويلة بدون تنظيف أو إزالة المستحضرات المحتوية على اللانولين، الفازلين، بعض الزيوت النباتية، بوتيل ستيرات، كحول لوريل وحمض الأوليك كلها مواد مولدة للزؤان.

المركبات الدهنية التي تطبق على الفروة قد تسبب العد كذلك.

• العد المهني (Occupational acne):

بعض العاملين في منتجات البترول، كما في الذين يغسلون السيارات والسائقين والميكانيكيين، قد يصابون باندفاع عدي الشكل ناجم عن التعرض المستمر للبترول ومشتقاته والعاملين في إصلاح أحواض السباحة قد يصابون بنفس التأثير.

• العد الميكانيكي (Mechanical acne):

هذا الشكل من العد ينجم عن الرض الفيزيائي الذي يؤدي للتحزز وانسداد الفوهات الزهمية الشعري والتصبغ.



القبعات المغلقة المشدودة خاصة في الرضع الصغار والأطفال، الأربطة الضاغطة وأغطية الرأس قد تؤدي لمثل هذا النوع. أربطة الرأس والثياب الداخلية المشدودة هي أسباب أخرى. الاحتكاك المستمر بسبب القمصان أو قبة الرقبة القاسية.

معلومة هامة: الشذوذات الغدية الصماوية مثل داء كوشينغ، المتلازمة الكظرية التناسلية والمبيض عديد الكيسات، تترافق مع حبوب الشباب بالإضافة إلى مظاهر جهازية أخرى.

العلاج النباتي:

الالوفيرا:



يعرف نبات الصبار بأنه شجيرة قصيرة الجذور تثبت بشكل طبيعي في شمال افريقيا إذ تكون أوراقها منتصبية وعصارية، ويستخرج منها هلام لزج متعدد الاستخدامات إذ أثبت فوائد جل الصبار في العديد من الدراسات خلال السنوات القليلة الماضية والتي تشمل الاستخدامات الطبية له وخصائصه العلاجية، إذ يمتلك جل الصبار العديد من الفوائد التي تشمل:

1. حب الشباب.



2. ترطيب البشرة: حيث يحتوي جل الصبار على الكثير من العناصر المغذية من المعادن والأنزيمات ومضادات الأكسدة وفيتامينات أ ، ج ، د إذ تسهم هذه العناصر في تعزيز البشرة وصحتها مما يساعد في الحماية من مشاكل الجلد مثل الجذور الحرة المسببة لشيخوخة الجلد وسرطان الجلد أيضا بالإضافة إلى توفير الرطوبة العالية.

3. تهدئة البشرة المتهيجة: ترتبط هذه الحالات غالباً بما يسمى الوردية والأكزيما والصدفية المسببة لجفاف الجلد والعديد من الالتهابات ويسهم جل الصبار بفعالية في تهدئة البشرة في هذه الحالات بسبب احتوائه على الأحماض الدهنية وانزيم يسمى براديكينين.

4. تخفيف الحروق والجروح الطفيفة: نظرا لاحتواء الصبار على خصائص مضادة للجراثيم ومركبات مضادة للالتهابات فإنه يستخدم كعلاج موضعي للحروق الطفيفة والجروح البسيطة فهو يساعد في زيادة مرونة الجلد خلال مرحلة الشفاء مما يسهم في تسريع الشفاء وعودة الجلد إلى وضعه الطبيعي.

5. علاج القروح الخارجية: تساعد خواص نبات الصبار المضادة للفيروسات في محاربة فيروس القوباء وحماية البشرة وتهدئتها.

6. الترطيب بعد الحلاقة: يمكن استخدام جل الصبار ككريم مرطب بعد الحلاقة بالإضافة إلى خواصه المضادة للبكتيريا التي تمنع حدوث الالتهابات في الجروح الناتجة عن الحلاقة.

7. مزيل مكياج طبيعي: حيث أن جل الصبار يستخدم كمزيل مكياج طبيعي لطيف على البشرة وذلك من خلال مسح الوجه بالقليل من جل الصبار باستخدام قطعة من القطن فضلا عن توفير الرطوبة العالية للبشرة بعد التخلص من مستحضرات التجميل التي تتسبب جفاف الوجه وسد المسام أيضا.

كيفية استخدام الالوفيرا لعلاج حب الشباب:

1- يستخدم جل الصبار موضعيا: يمكن استخدام جل الصبار الطبيعي موضعيا على حب الشباب، إذ يملك جل الصبار خصائص مضادة للالتهابات والبكتيريا ومضادة للأكسدة أيضا مما يجعله فعالا في علاج العديد من الحالات مثل تعقيم الجروح وتخفيف الألم وعلاج حبوب الشباب نتيجة زيادة تدفق الدم وتقليل البكتيريا الضارة ويعد استخدام جل الصبار مباشرة آمن جدا ولكن

يوجد القليل من الناس من يملكون حساسية تجاهه. لذا فمن المهم تجربته على منطقة صغيرة قبل استخدامه على كامل الوجه، ويمكن استخدام جل الصبار بوضعه طوال الليل وغسله في الصباح لتقليل الاحمرار والتهيج في الجلد.

2- قناع الصبار والعسل والقرفة: يمكن صنع العديد من الأقنعة التي تحتوي على جل الصبار ومنها قناع الصبار والعسل والقرفة. إذ تعمل هذه المكونات بصورة متكاملة نظراً لخصائصها المضادة للجراثيم والبكتيريا في تقليل ظهور حب الشباب مما يوفر بشرة خالية من العيوب وناعمة ويمكن صنع هذا القناع من خلال مزج ملعقتين كبيرتين من العسل النقي مع ملعقتين كبيرتين من جل الصبار النقي ثم إضافة ربع ملعقة من القرفة المطحونة بحيث يكون المزيج سهل الانتشار على الوجه ولكنه ليس سائلاً ويوضع المزيج على الوجه لمدة 5-10 دقائق ثم يغسل جيداً.

3- قناع جل الصبار وعصير الليمون: يعد من الأقنعة المفيدة لحب الشباب أيضاً وذلك باستخدام جل الصبار مع عصير الليمون لإعطاء الوجه مظهراً منعشاً ونشطاً بالإضافة إلى تنظيف المسام وقتل البكتيريا التي قد تسبب حب الشباب ويمكن صنع هذا القناع من خلال استخدام ملعقتين كبيرتين من جل الصبار المضاف لهما ملعقة صغيرة من عصير الليمون، ويمكن مضاعفة الكمية مع الحفاظ على النسبة المذكورة حتى لا يتسبب الليمون بتهيج الجلد ثم يترك المزيج لمدة 5-10 دقائق

4- بخاخ الصبار المضاد للجراثيم " نظراً لخصائص الصبار التي 32 تحفز نمو خلايا الجلد، فإن استخدامه كزاد على الوجه يساعد في ترطيب الوجه والتخلص من الزيوت الزائدة التي يمكن أن تسد المسام وتتسبب بظهور حب الشباب، ويمكن شراء هذا الرذاذ من المتاجر أو صنعه منزلياً من خلال مزج 250 غرام من جل الصبار ونصف 125 غراماً من الماء النقي، وإضافة نوع أو نوعين من الزيوت الأساسية غير السامة ويوضع المزيج في زجاجة تحتوي على بخاخ ويرش على الوجه بعد رج الزجاجة جيداً في كل مرة.

سيروم زيت شجرة الشاي لعلاج حب الشباب:



زيت شجرة الشاي مكون معروف رائع للبشرة المعرضة لحب الشباب لأنه جيد في الحفاظ على بشرتك نظيفة ونقية. إذا كانت بشرتك معرضة لحب الشباب وتعاني من مشاكل| فربما تكوني قد استخدمت

بالفعل زيت شجرة الشاي في روتين العناية بالبشرة أو المنتجات التجارية التي تحوي على هذا الزيت العلاجي.

فوائد سيروم شجرة الشاي:

- 1- زيت الجوجوبا: مرطب رائع ويناسب جميع أنواع البشرة، له فوائد مذهلة، مضادة للميكروبات ومضادة للالتهابات تحافظ على بشرتك صافية وخالية من حب الشباب. يعد استخدام زيت الجوجوبا أمرا رائعا إذا كان لديك الكثير من الرؤوس البيضاء والرؤوس السوداء، فهو يساعد على إزالتها والحفاظ على بشرتك أكثر نعومة وخالية من أي نتوءات.
- 2- زيت النعناع العطري: يحتوي زيت النعناع العطري على خصائص مضادة للالتهابات ومهدئة للبشرة، يهيب أي حب شباب ملتهب ويعجل شفائه بشكل أسرع، زيت النعناع يفتح المسام ويعالج الرؤوس البيضاء والرؤوس السوداء.
- 3- جل الصبار: جل الصبار يرطب البشرة ويحافظ عليها نضرة وله تأثيرات مضادة للالتهابات ومضادة للبكتيريا ومضادة للفطريات تحافظ على بشرتك صافية وتساعد على علاج حب الشباب ويساعد على تهدئة الاحمرار والالتهاب.
- 4- ماء الورد: يساعد على توازن إنتاج الزيوت الطبيعية ويقلل من اللمعان مما يجعله مكون رائع للبشرة.

كريم شجرة الشاي:



كريم شجرة الشاي عبارة عن منتج طبيعي يتكون بشكل أساسي من زيت شجرة الشاي الصافي، المستخلص من أوراق شجرة الشاي الطازجة باستخدام عملية التقطير. فهو عبارة عن مضاد حيوي، مظهر طبيعي يحوي على خصائص للميكروبات والفطريات وقدرة عالية وسريعة على التغلغل داخل طبقات الجسم، ومحاربة ومكافحة العديد من

الأمراض الجلدية وتوفير الحماية الضرورية لصحة البشرة ويعتبر كريم شجرة الشاي من الكريمات الآفة والمستخدمه على نطاق واسع حول العالم ومناسب لجميع الفئات العمرية.

فوائد كريم شجرة الشاي:

- 1- يسكن ويلطف البشرة، كما يحتوي على خصائص لمعالجة الحكة والحساسية.
 - 2- يخلص البشرة من التأثيرات المزعجة.
 - 3- يعالج الحروق الناتجة عن أشعة الشمس.
 - 4- يهدئ الالتهابات ويعالج التلوث بالفطريات.
 - 5- يعالج حب الشباب والآثار الناتجة عنها.
 - 6- يعالج الطفح الجلدي الناتج عن التهابات البشرة أو الفوط الصحية.
 - 7- يعالج الحروق.
 - 8- يعالج لسع الحشرات والبعوض.
 - 9- يستخدم كمعقم لما بعد الحلاقة.
 - 10- يعالج تشققات أسفل القدم، وأكياس الماء المتكونة تحت جلد القدم.
 - 11- يخفف الآلام الناتجة عن الصداع والشد العضلي.
 - 12- يعالج الاكزيما والبرص والبهاق.
 - 13- يمنح البشرة النضارة والحيوية.
 - 14- يعالج البقع الداكنة ويزيل التصبغات الجلدية والكلف.
- طريقة استخدام كريم شجرة الشاي:**

لاستخدام كريم شجرة الشاي طرق متعددة منها:

معالجة الاضطرابات الجلدية: قبل البدء بتطبيق الكريم، ينصح بتنظيف البشرة أولاً ثم تطبيق الكريم فوق المنطقة المراد معالجتها ثم دهنه بلطف وبشكل دائري مع تجنب استخدامه أو ملامسة الكريم للعينين وينصح باستخدام الكريم بمعدل مرتين إلى ثلاث مرات يومياً.

فوائد زيت الشيا المذهلة:

- تساعد على التخلص من آثار حب الشباب.
- تستخدم ككريم مرطب بعد الحلاقة للرجال ومعالجة تهيج البشرة وحساسية الجلد.
- تساعد في تنعيم وتغذية الشعرة وتعالج الشعر التالف، وتعالج فروة الرأس بالقضاء على الالتهابات نهائياً.



- يمكن وضعها على مكان الإصابة بالحروق والجروح والخدوش لترطيب الجلد.
- تخفف من الكلف والنمش والبقع الداكنة في الوجه وتساعد على تفتيح البشرة وغلق المسام.
- تساعد وصول الأوكسجين إلى منطقة تحت العينين من خلال تنشيط الدورة الدموية ولذلك تزيل الهالات السوداء.
- تعالج التهابات الجلد عموما وتقضي على الأمراض الفطرية التي تصيب الجلد ومن هذه الأمراض الأكزيما.
- ترطيب بشرة الأطفال ولكن الزبدة الأصلية الخالية من المواد الكيميائية فهي مثالية لاستخدامها كعلاج لالتهابات الحفاضات عند الأطفال.



الشوفان:

يعتبر الشوفان من الحبوب الغنية بالألياف الغذائية والمعادن لذلك يحظى بمكانة كبيرة في عالم التجميل وذلك لما لديه من قدرة على تقشير البشرة وإزالة الأتربة والأوساخ منها كما يعمل على ترطيب البشرة فهو مرطب طبيعي للالتهابات.

فوائد الشوفان للبشرة:

1- يعالج حب الشباب:

حيث يعمل الشوفان على امتصاص الزيوت الزائدة في البشرة بالإضافة إلى أنه يقوم بتقشير خلايا الجلد.

2- يعالج البشرة الجافة:

يعالج الشوفان البشرة الجافة وذلك لأنه يحتوي على خصائص مضادة للالتهابات ومضادة الأكسدة والتي تعمل على علاج الحكة الناتجة بسبب جفاف الجلد.

3- ترطيب البشرة:

يعمل الشوفان على ترطيب البشرة وذلك لما يحتويه من البيتا جلوكان كما يحسن من إنتاج الكولاجين في الجلد.

4- يقشر البشرة:

يساعد الشوفان على تقشير البشرة وذلك لقدرته على إزالة الجلد الميت.

5- يعمل على تنظيف البشرة ويزيل الرؤوس السوداء:

يستخدم الشوفان كمقشر للبشرة حيث يزيل الأوساخ والزيوت منها كما يعمل على إزالة الرؤوس السوداء.

وصفات الشوفان للبشرة:

1- الشوفان والزيادي: تعمل هذه الوصفة على علاج الرؤوس السوداء.

2- الشوفان وزيت جوز الهند: تستخدم هذه الوصفة لتقشير البشرة.

3- الشوفان والسكر: تستخدم لإزالة الجلد الميت من البشرة كما تعمل على تقليل البقع الداكنة الموجودة به.

4- الشوفان والماء: تستخدم لعلاج حبوب الشباب

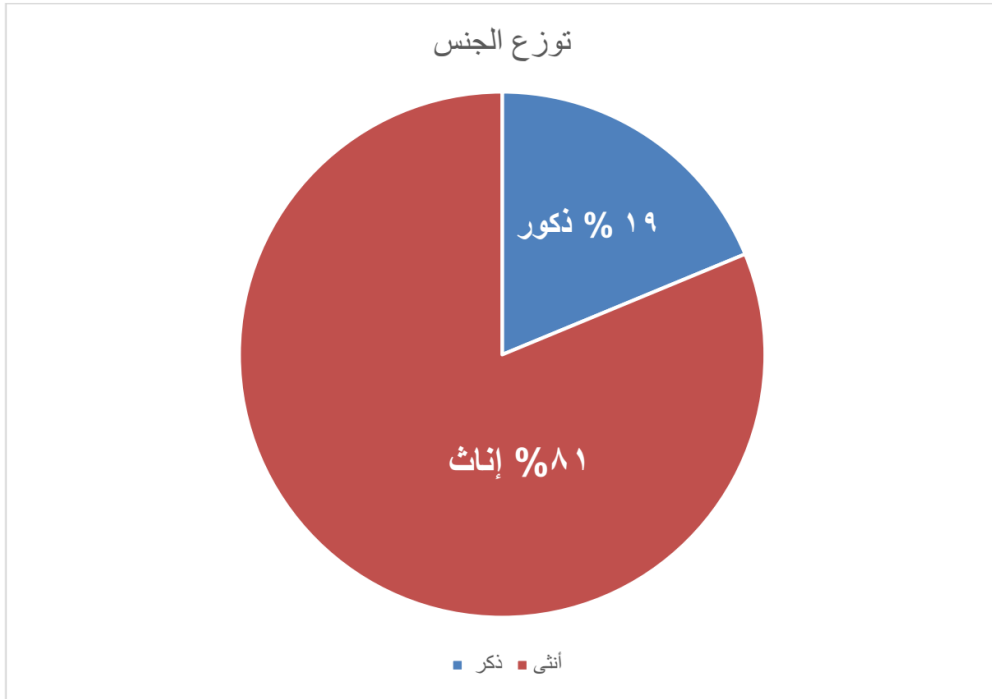
الاستبيان:

في دراسة أجريت مع 160 طالب من كلية الصيدلة في جامعة المنارة من مختلف السنوات عن الإصابة بحب الشباب وطرق علاجه، حيث قمننا بطرح الأسئلة التالية:

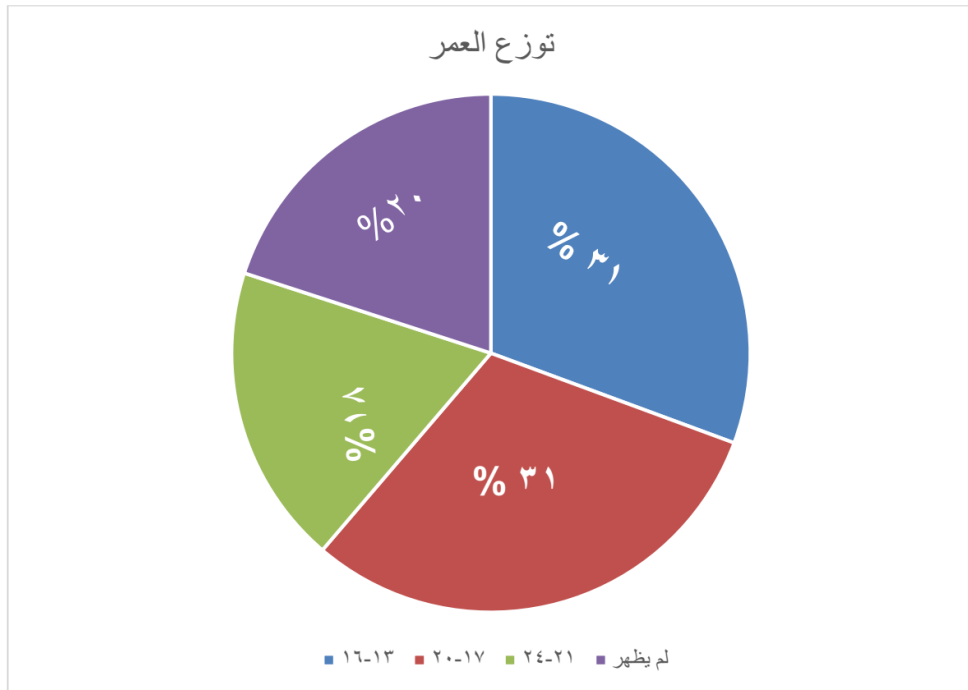
- الجنس؟
 - العمر الذي ظهر فيه حب الشباب؟
 - وجود عوامل وراثية؟
 - تأثير الحالة النفسية على الإصابة بحب الشباب؟
 - تأثير العوامل الغذائية على الإصابة بحب الشباب وما هي أكثر المواد الغذائية التي ساهمت بنشوء او زيادة حب الشباب؟
 - العلاج المستخدم؟
 - هل ترك حب الشباب آثار أو ندب؟
- فكانت النتائج كالتالي:

- 81% من المصابين هم إناث.
- 19% من المصابين هم ذكور.
- 31% من المصابين هم بعمر 17-20
- 42% من المصابين كان انتشار حب الشباب في الوجه فقط.
- 56% من المصابين لم يكن للعوامل الوراثية دور في إصابتهم.
- 73% من المصابين تتأثر إصابتهم بحب الشباب بالحالة النفسية.
- 64% من المصابين تتأثر إصابتهم بحب الشباب بالعوامل الغذائية وأكثر العوامل المسببة هي الشوكولا والوجبات السريعة.
- 44% من الطلاب لم يبقى أثر لحب الشباب على بشرتهم بعد الشفاء منه.
- أما بالنسبة للعلاج كان أكثر الأدوية استخداماً هو الغسول حيث بلغت نسبة استخدامه عند الطلاب 45% و 35% استخدموا الريتان و 30% استخدموا مقشر

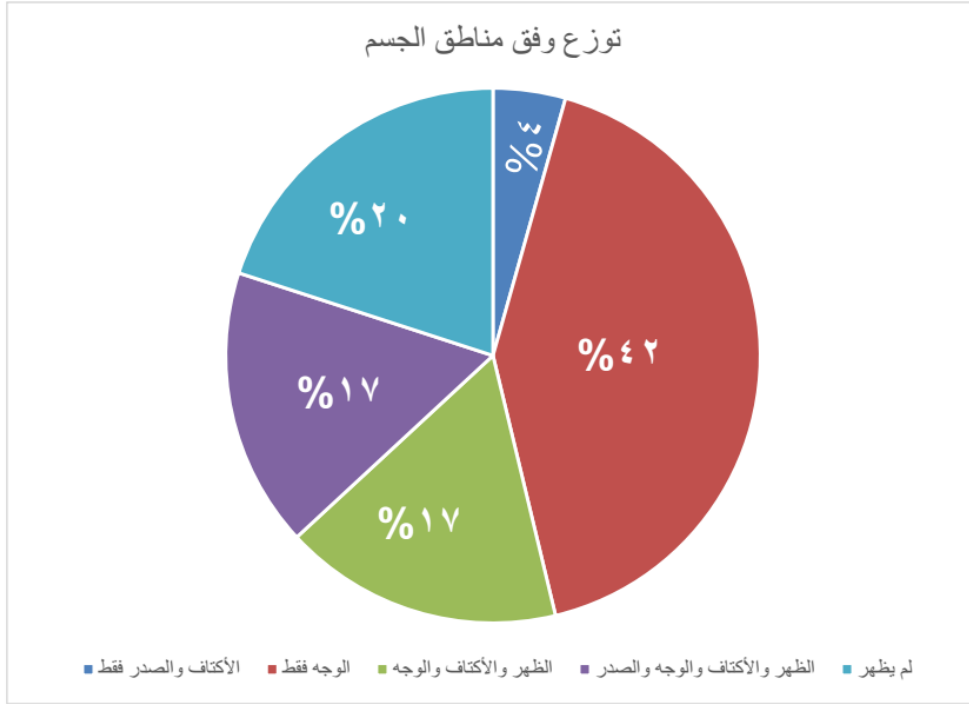
• توزيع أفراد العينة حسب الجنس (ذكور - إناث)



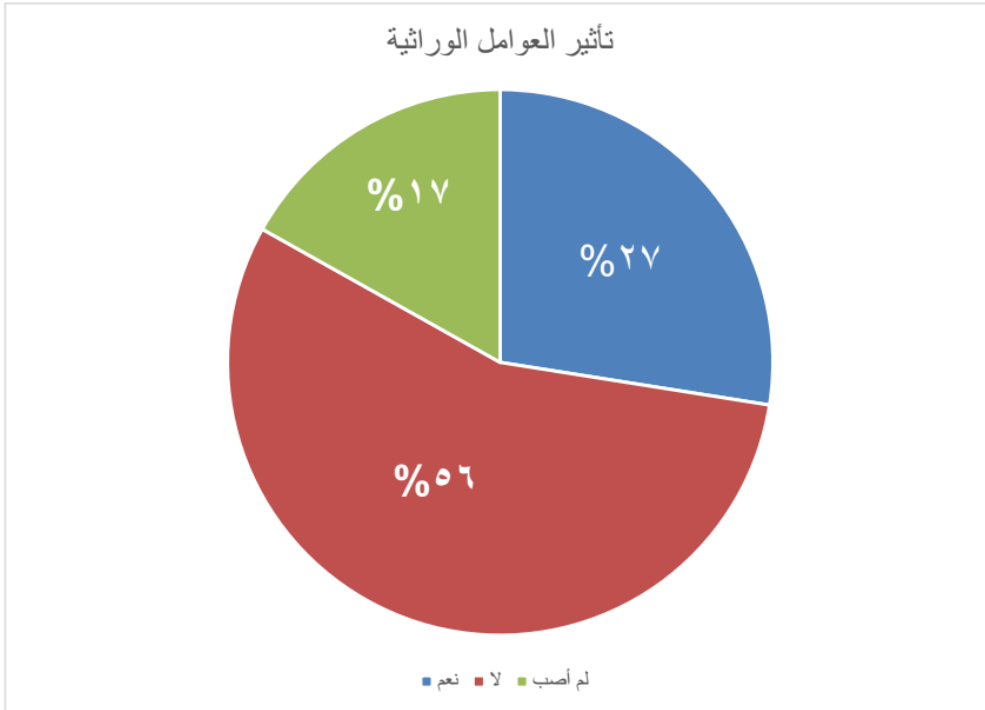
• توزيع أفراد العينة حسب العمر الذي ظهر فيه حب الشباب



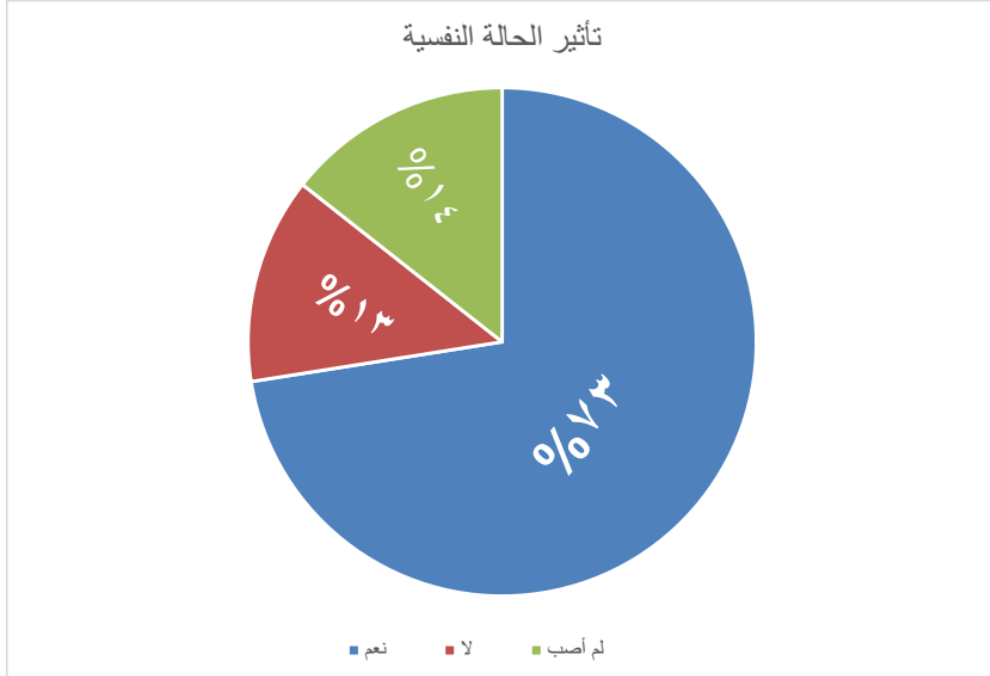
• توزيع أفراد العينة حسب مكان الإصابة



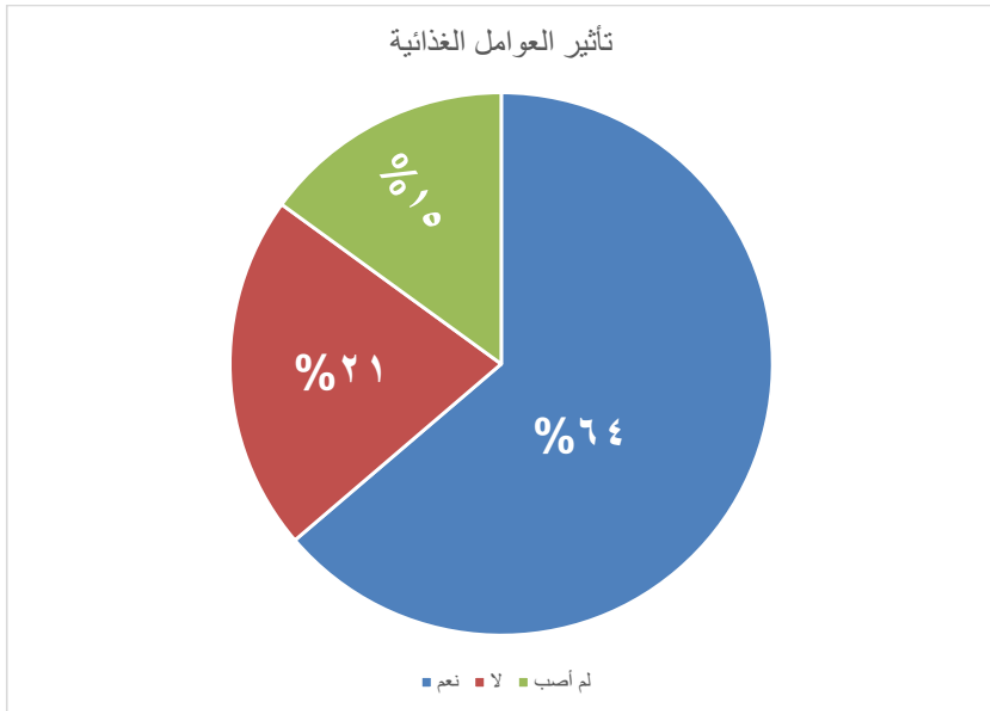
• توزيع أفراد العينة حسب التأثر بالعوامل الوراثية في الإصابة بحب الشباب



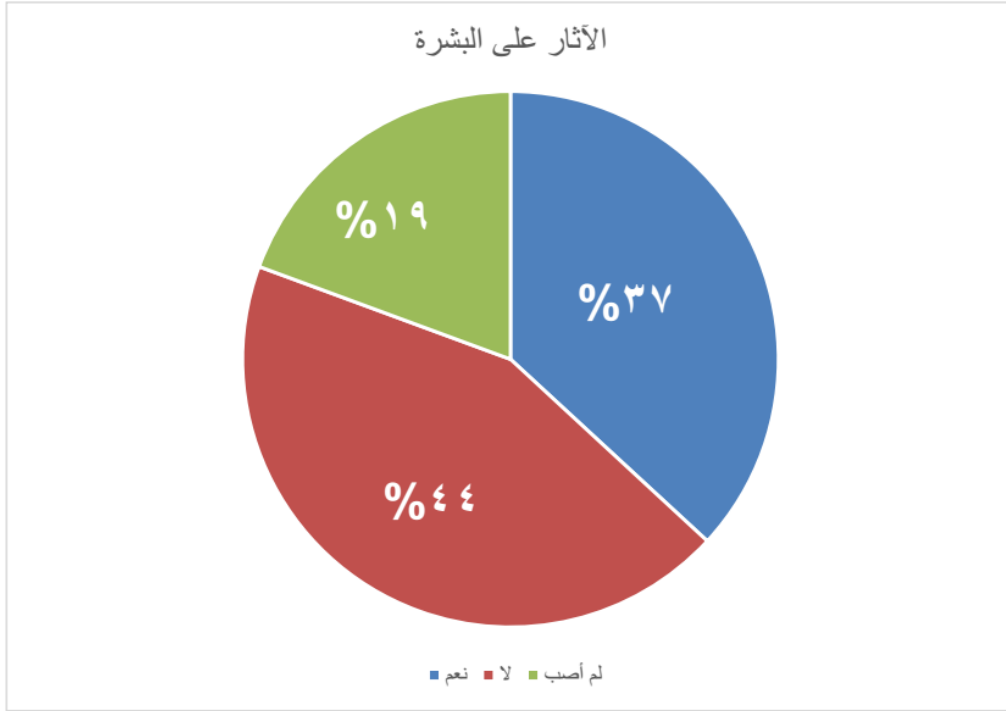
- توزيع أفراد العينة حسب تأثير الحالة النفسية على الإصابة بحب الشباب



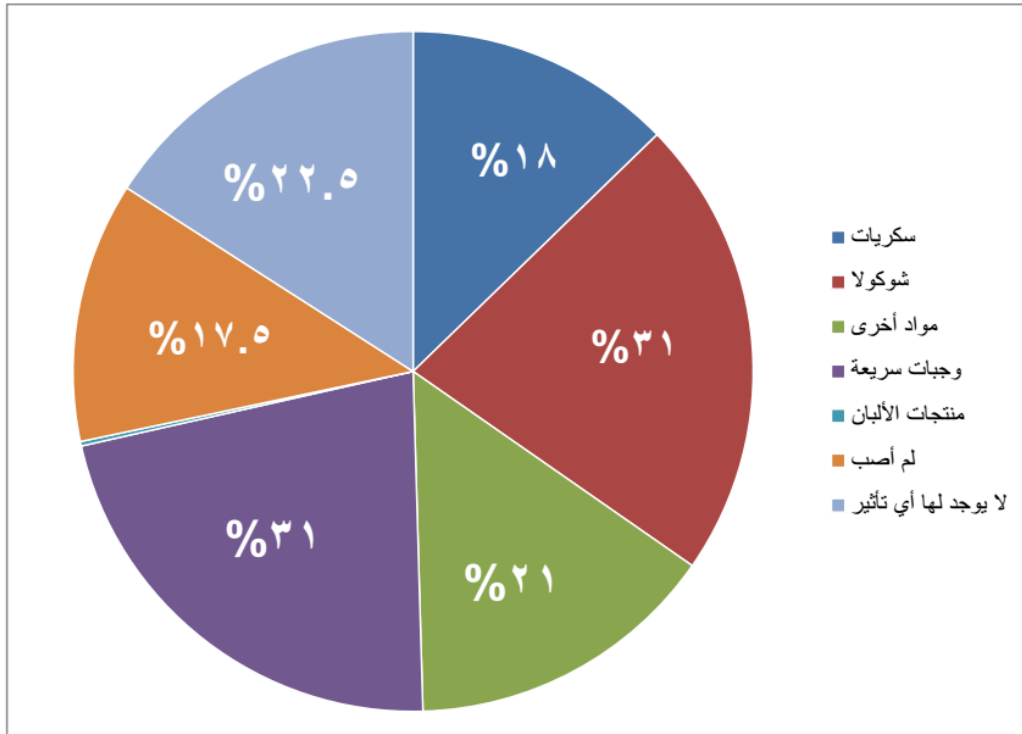
- توزيع أفراد العينة حسب تأثير العوامل الغذائية على الإصابة بحب الشباب



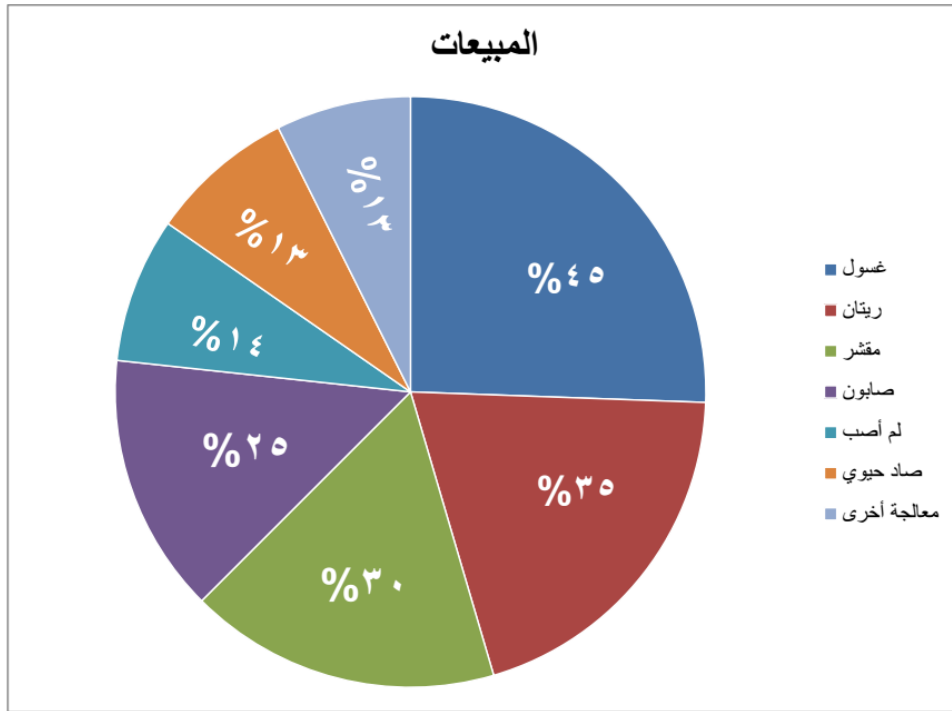
• توزيع أفراد العينة حسب آثار حب الشباب على البشرة



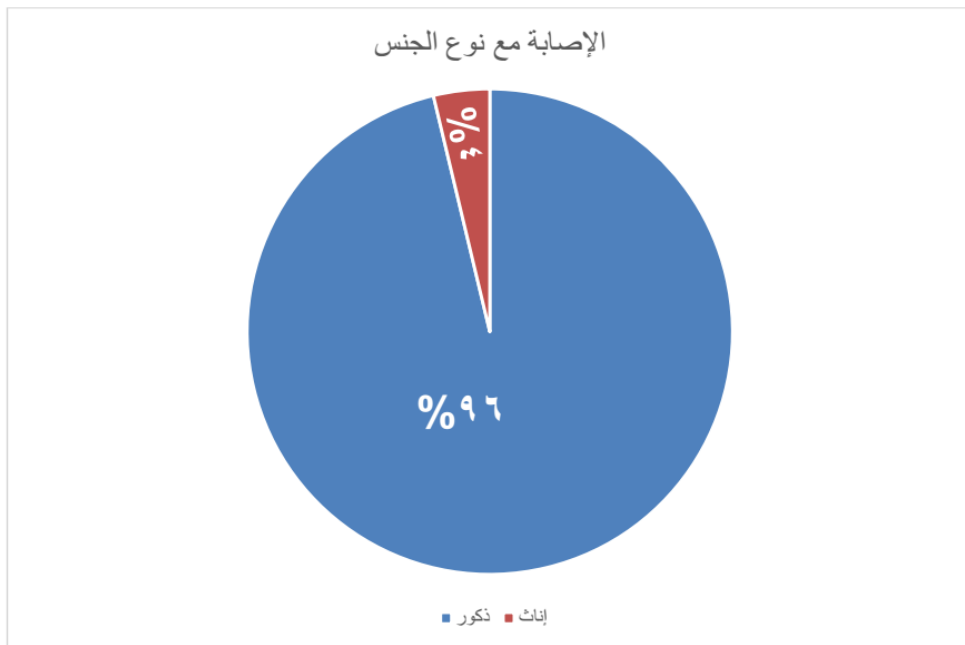
• توزيع أفراد العينة حسب المواد الغذائية الأكثر تأثيراً بظهور حب الشباب



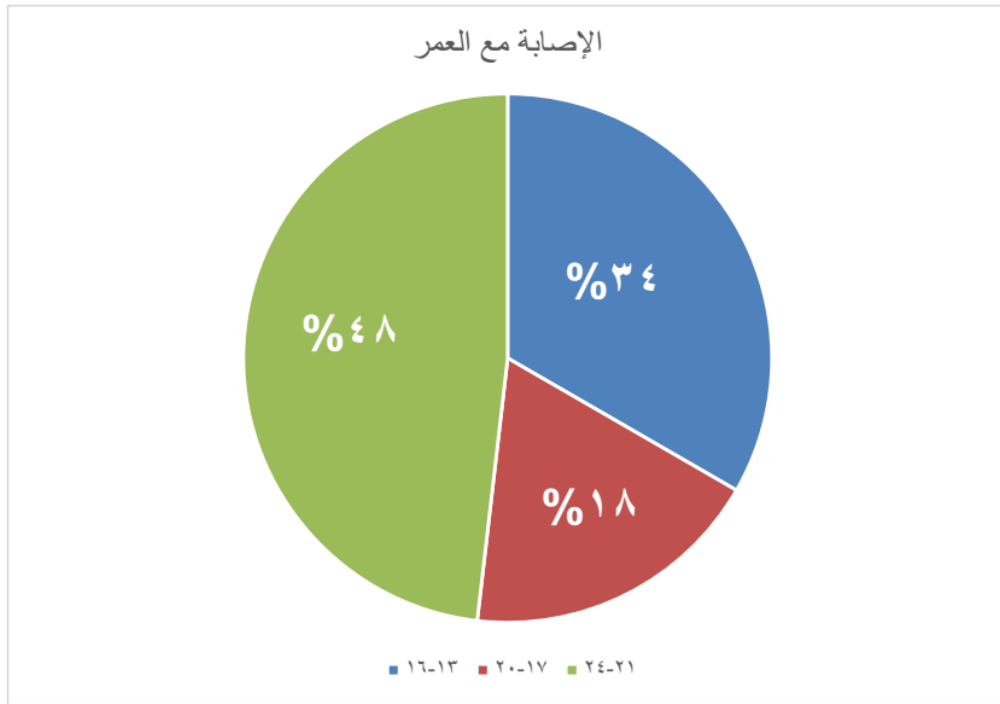
• توزع أفراد العينة حسب نوع العلاج المستخدم لحب الشباب



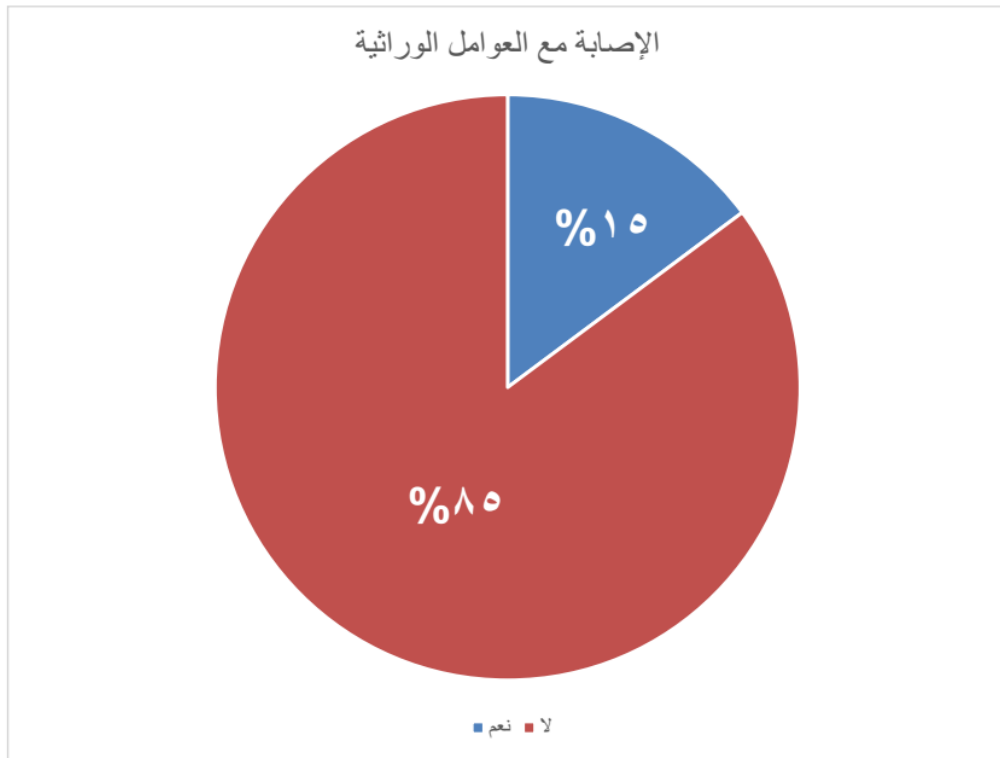
• العلاقة بين الإصابة في كافة أنحاء الجسم وجنس المصاب



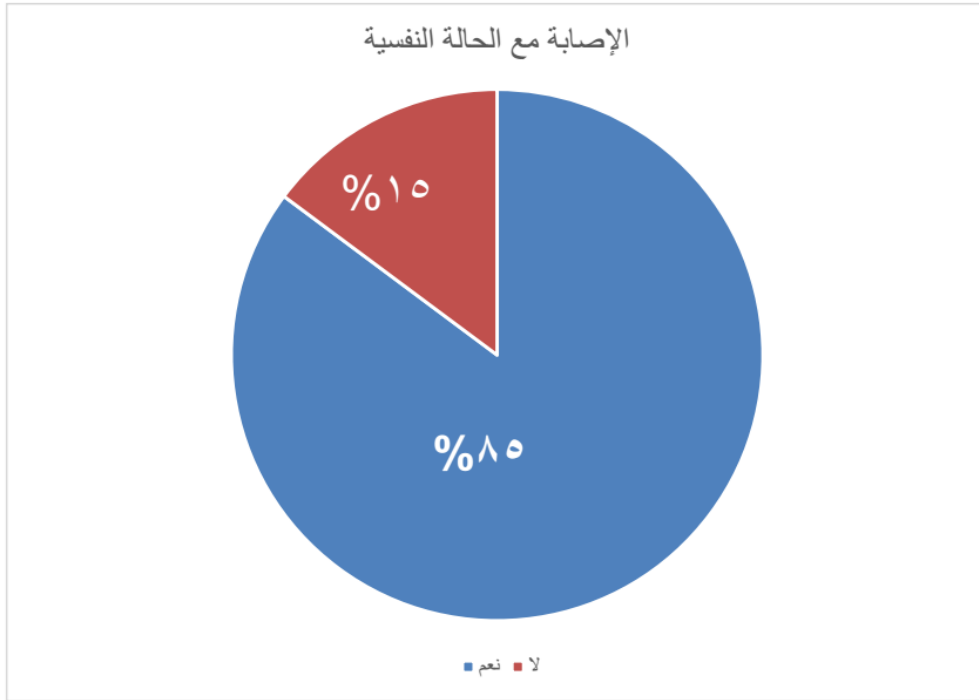
• العلاقة بين الإصابة في كافة أنحاء الجسم وعمر المصاب



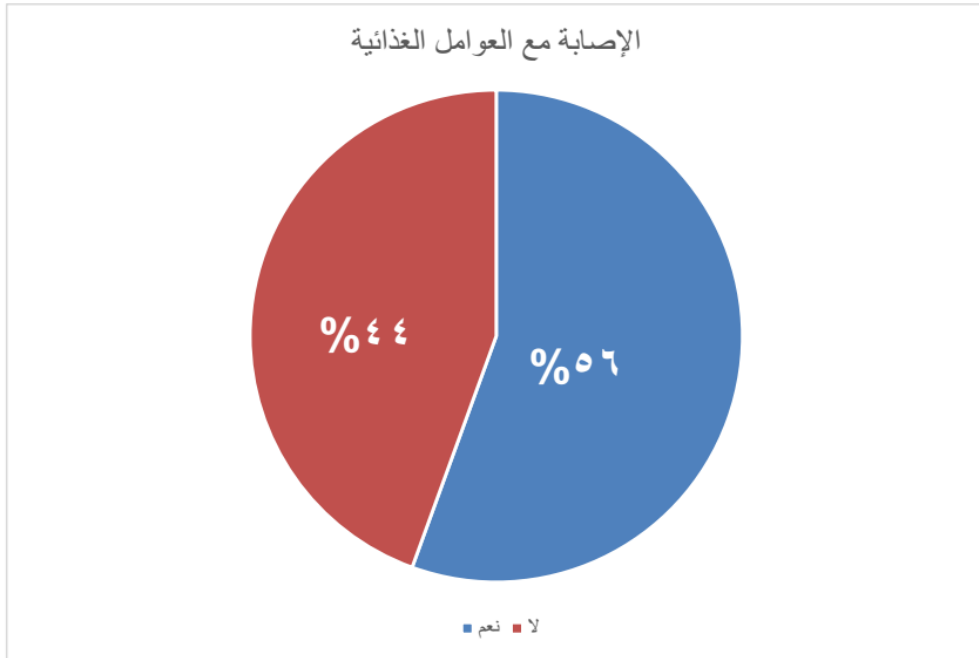
• العلاقة بين الإصابة في كافة أنحاء الجسم وعوامل الوراثة



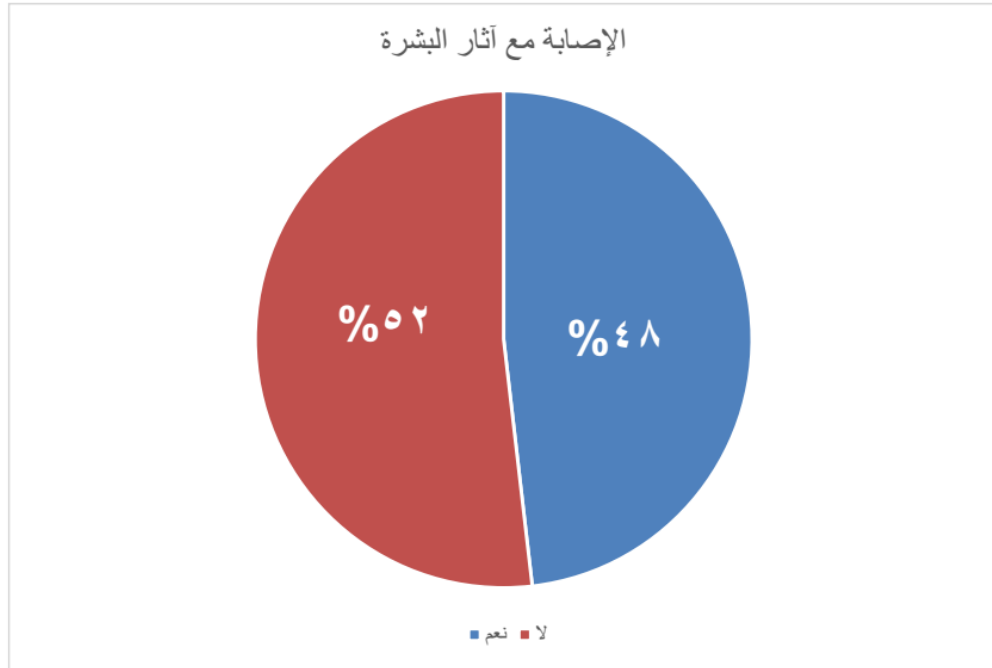
• العلاقة بين الإصابة في كافة أنحاء الجسم والحالة النفسية



• العلاقة بين الإصابة في كافة أنحاء الجسم والعوامل الغذائية



• العلاقة بين الإصابة بحب الشباب والآثار على البشرة



الخلاصة:

من بعد معرفة الأسباب الكامنة خلف مشكلة حب الشباب (الخلل الهرموني، الإفرازات الدهنية، التدخل الجرثومي، التحول النوعي للزهم تحت تأثير هذه الجراثيم.....) نستنتج أن مشكلة حب الشباب ليست بالكارثة ولا المصيبة، فأياً تكن مرحلة حب الشباب لا بد من العناية اليومية بتنظيف البشرة وحمايتها من أشعة الشمس بالواقيات المناسبة، وأخيراً استخدام العلاج المناسب بعد استشارة الطبيب أو أخصائي التجميل.

فالمزيد من الحلول باتت متوفرة الآن لهذه المشكلة الجلدية، أما علاجها يحتاج إلى الوقت والصبر معاً، لكن نقص الإرادة وقلة المثابرة وعدم الالتزام بتعليمات الطبيب أو أخصائي التجميل من قبل الشخص المصاب يعتبر من العوامل الأساسية في استمرار هذه المشكلة وتفاقمها.

الهدف من المشروع:

كان التحدث عن البشرة وأنواعها والتوسع بأفة من آفات البشرة وهي حب الشباب المنتشر بشكل كبير وقمنا بطرح أسبابه إن كانت وراثية، نفسية، بسبب عوامل غذائية وأنواعه إن كان حب الشباب غير التهابي مثل الرؤوس السوداء - الرؤوس البيضاء .

حب شباب التهابي مثل الحطاطات - الناظفات - العقد - الأكياس - الندبات.
وذكرنا أنواع أخرى من العد مثل العد الوليدي - العد الشبابي - العد الكيسي - العد المكيس - العد الشمسي - عد المنظفات - العد الجذري - العد المتقرح - العد المداري - العد الوردية، الاندفاعات العدية (الدوائية) - العد الجبهي - عد مواد التجميل - والعد المهني - العد الندبي - عد عدم الحركة - العد الميكانيكي.

ثم صرفنا بعض العلاجات سواء كانت دوائية أم نباتية مع ذكر فوائد النباتات على البشرة وقمنا بإجراء استبيان لطلاب جامعة المنارة عن إصابتهم بحب الشباب

المراجع:

- نشرة الجمعية العربية السورية لطب الجلد
العدد 27 لعام 2000
العدد 23 لعام 1998
- كتاب الأمراض الجلدية والزهرية طب بشري س 4
(جامعة تشرين تأليف أ.د: حميد سليمان ، أ.د: عبد الحلیم رومية)
- المرجع الدوائي السوري 6

- <http://www.medicinenet.com/acne/article.htm>
- http://en.wikipedia.org/wiki/acne_vulgaris
- <http://www.mayoclinic.com>
- <http://www.syrianclinic.com>
- <http://sitamol.net>
- <http://www.altibbi.com>