

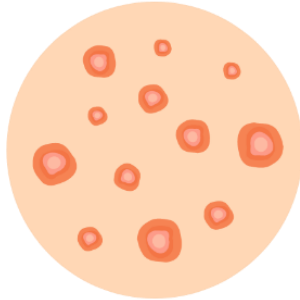


جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University

حب الشباب

Acne



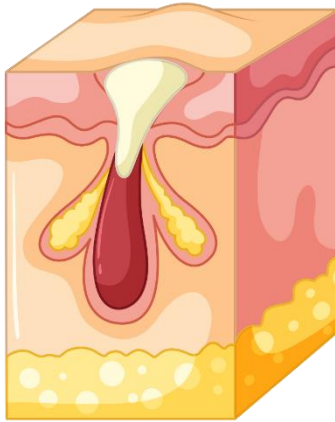
ما هو حب الشباب؟

حب الشباب هو حالة مزمنة شائعة تؤثر على الغدد الدهنية وبصيلات الشعر. يمكن أن يظهر بأشكال متعددة، مع اختلاف في الشدة ونوع الطفح وموقع ظهورها، حيث أن الوجه هو أكثر الأماكن إصابة بحب الشباب. وأكثر أنواع حب الشباب ظهورًا هو حب الشباب الشائع أو ما يُسمى (Acne Vulgaris).



ما هي الفترة العمرية لبداية ظهور حب الشباب؟

لم يعد حب الشباب يقتصر على فترة البلوغ، أصبح يظهر في البالغين أيضًا. حيث أن ٨٥٪ من الأشخاص يبدأ حب الشباب في الظهور في عمر ١٢ إلى ٢٤ سنة. بينما ١٥-٣٥٪ من البالغين (خاصة النساء) يبدأ ظهور حب الشباب في الثلاثينيات والأربعينيات من عمرهم.



كيف يتكون حب الشباب وما هي أنواع الطفح؟

❖ **زيادة إفراز الدهون:** يزيد نشاط الغدد الدهنية خلال فترة البلوغ مما يزيد من إفراز الدهون.

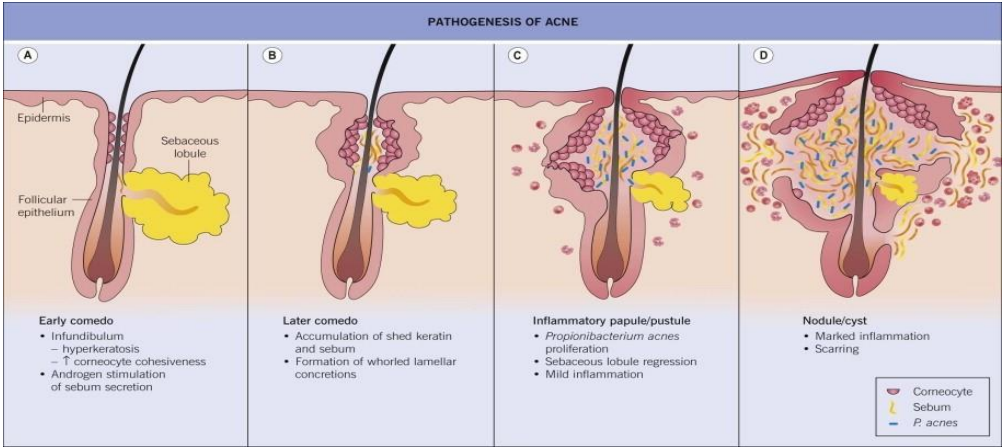
❖ **المسام المسدودة:** انسداد بصيالات الشعر بسبب تراكم خلايا الجلد الميت مع الدهن الزائد، مما يؤدي إلى تكوّن الرؤوس البيضاء أو السوداء.

❖ **البكتيريا:** البكتيريا المسماة بالبكتيريا البروبيونية العديّة (*Propionibacterium acnes*) تعيش على الجلد وبإمكانها أن تسبب حب الشباب. عندما تصبح مسام الجلد مسدودة، يمكن لهذه البكتيريا أن تتكاثر وتؤدي إلى الالتهابات وتكوين حب الشباب.



كيف يتكون حب الشباب وما هي أنواع الطفح؟

❖ حدوث الالتهابات: تنفجر بصيلة الشعر مما يؤدي إلى حدوث التهاب قد يتطور إلى بثور متقيحة أو عقيدات.



ما هي العوامل المحفزة لظهور حب الشباب؟

❖ **التغيرات الهرمونية:** بإمكان التغيرات الهرمونية (مثل في

مرحلة البلوغ وأثناء الدورة الشهرية والحمل أو انقطاع الطمث) أن تحفز الغدد الدهنية على إنتاج زيادة من الدهون مما يؤدي إلى انسداد المسام وظهور حب الشباب.

❖ **الأدوية:** بعض الأدوية مثل الكورتيزون ومضادات الصرع

والعلاج بالليثيوم وعلاج نشاط الغدة الدرقية وعلاج الدرن (ايزونيازيد) وفيتامين ب ٦ وب ١٢ يمكنها أن تحفز أو تُفاقم ظهور حب الشباب في بعض الأشخاص (ظهور حبوب بدون رؤوس سوداء).



ما هي العوامل المحفزة لظهور حب الشباب؟

- ❖ **العوامل الغذائية:** لا يزال الرابط بين النظام الغذائي وحبّ الشباب تحت الدراسة، تشير بعض الدراسات إلى أن الأطعمة ذات المؤشر السكري الجلايسيمي العالي (مثل الكربوهيدرات المكررة والأطعمة السكرية) ومنتجات الألبان والأطعمة الغنية بالدهون المشبعة قد تفاقم حب الشباب عند الأشخاص المعرضين لذلك.
- ❖ **الضغط النفسي:** يمكن أن يؤدي الضغط النفسي إلى خلل في هرمونات الجسم مما قد يُفاقم من حب الشباب بطريقة غير مباشرة.
- ❖ **العوامل البيئية:** يمكن أن يؤدي التعرض للملوثات، الرطوبة العالية، وبعض المهيجات البيئية إلى تهيج الجلد وزيادة احتمالية تحفيز ظهور حب الشباب بالإضافة إلى عدم غسل أدوات المكياج أو حتى غسل الوجه مساءً بعد مساحيق التجميل.

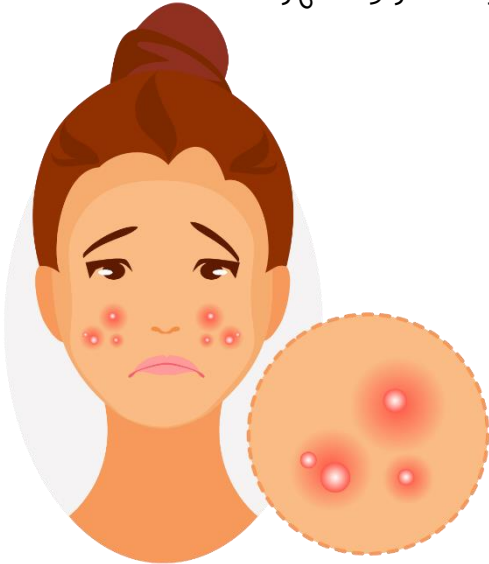
ما هي خطورة حب الشباب؟

❖ **الدرجة الأولى (طفيف):** يُعتبر هذا المستوى من حب

الشباب الخفيف, حيث يتميز بوجود الرؤوس السوداء والبيضاء مع بعض البثور الصغيرة والجُرب (البثور الملتهبة), عادةً تكون هذه البثور محدودة في العدد وتوجد في منطقة صغيرة.

❖ **الدرجة الثانية (متوسط):** حب الشباب المتوسط يتميز بكمية

أكبر من البثور الصغيرة والجُرب مقارنة بالدرجة الأولى. هذه البثور تنتشر بشكل أوسع مؤثرةً على منطقة أكبر من الوجه, وقد تظهر أيضًا على الرقبة والصدر والظهر.



ما هي خطورة حب الشباب؟

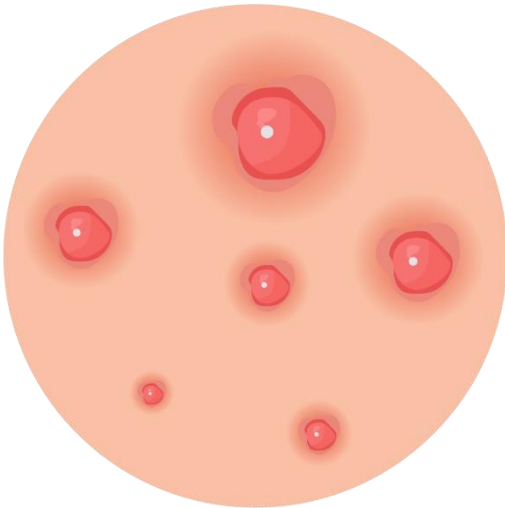
❖ **الدرجة الثالثة (من المتوسطة إلى أقل شدة):** كلما تقدم حب الشباب إلى هذه المرحلة، يزداد وجود البثور الملتهبة والجرب. قد تتطور الكتل القمحية أيضًا مشيرة إلى التهاب أعمق، المنطقة المتأثرة تمتد بشكل أكبر، وقد تشمل الذراعين والكتفين.

❖ **الدرجة الرابعة (شديد):** يتميز حب الشباب الشديد بوجود عدد كبير من الكتل القمحية المؤلمة والأكياس والالتهاب الواسع الانتشار. البثور عميقة، ومن المرجح حدوث ندبات، يمكن أن يكون لحب الشباب من الدرجة الرابعة تأثيرًا كبيرًا على جودة حياة الشخص وغالبًا ما يتطلب علاجًا مكثفًا.



ما هو الطفح عدّي الشكل الشبيهة بحب الشباب؟

يشبه حب الشباب لكنه ناتج عن الأدوية مثل الكورتيكوستيرويدات والستيرويدات الأندروجينية ومضادات الاختلاج والليثيوم والبروبيلثيوراسيل والإيزونيازيد أو الاختلالات الهرمونية. يمكن أن يظهر هذا الطفح على شكل بثور مشابهة وفي نفس المواقع، عادة يتم حل هذا الطفح عند إزالة العامل المسبب أو عند معالجته.



ما هي أنواع حب الشباب؟

❖ **حب الشباب البسيط:** حب الشباب القائم على الرؤوس يتميز في المقام الأول بوجود الرؤوس, وهي الفتاقات المسدودة للشعيرات الشعرية. يشمل هذا النوع كل من الرؤوس المغلقة (الرؤوس البيضاء) والرؤوس المفتوحة (الرؤوس السوداء) وغالباً ما يظهر كأكياس صغيرة على الجلد.

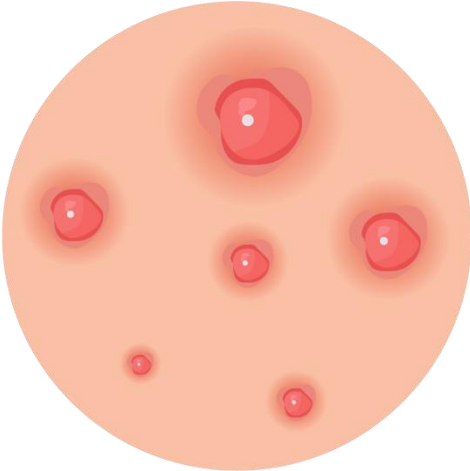
❖ **حب الشباب الممزق:** ناتج عن التلاعب بالجلد من قبل الشخص نفسه.

❖ **حب الشباب العقدي:** حب الشباب الشديد المعروف باسم حب الشباب العقدي يظهر ببثور كبيرة ومؤلمة وصلبة تحت سطح الجلد. تكون هذه الكتل القمحية أعمق وأكثر ثباتاً من غيرها من أنواع حب الشباب وقد تؤدي إلى تكون ندبات.

ما هي أنواع حب الشباب؟

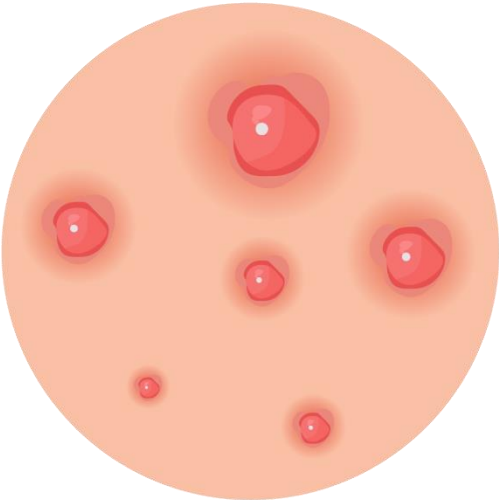
❖ **حب الشباب الكيسي:** شكل آخر من أشكال حب الشباب الشديد، يشمل حب الشباب الكيسي بثورًا عميقة وملتهبة ومملوءة بالقبح، هذه الكيسات غالبًا ما تكون مؤلمة ويمكن أن تؤدي إلى ندبات كبيرة. علاج حب الشباب الكيسي عادة يتطلب تدخل طبي.

❖ **حب الشباب الإندماجي:** شكل نادر وشديد من حب الشباب، حب الشباب الإندماجي يتميز بوجود كتل مترابطة وخراجات، غالبًا ما يؤثر على الصدر والظهر والجزء الخلفي من الجسم والذراعين العليا، ويؤدي غالبًا إلى ندبات متطرفة.



ما هي أنواع حب الشباب؟

- ❖ **حب الشباب السرمدي:** شكل نادر جدًا وشديد من حب الشباب، يرافق حب الشباب السرمدي أعراضًا نظامية مثل الحمى وآلام المفاصل. عادةً، يظهر بشكل مفاجئ كبتور التهابية قروحية على الوجه والصدر.
- ❖ **حب الشباب الناتج عن اضطرابات الغدد الصماء:** يظهر في النساء بعد سن المراهقة الذين يعانون من حالات مثل تكيس المبايض، وغالبًا ما تكون البثور أساسًا في منطقة الفك السفلي.





ملاحظات:



المصادر والمراجع:

جميع الصور المستخدمة من [canva.com](https://www.canva.com)

المراجعة والتدقيق:

تمت مراجعة محتوى هذا الكتيب من قبل استشاريين قسم
الجلدية بمستشفى الملك فهد الجامعي بالخبر.

قسم الجلدية

وحدة التوعية الصحية
IAU-25-557



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University