



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University

الوقاية من ندبات حب

الشباب وطرق علاجها

Preventing and
Treating Acne

Scars

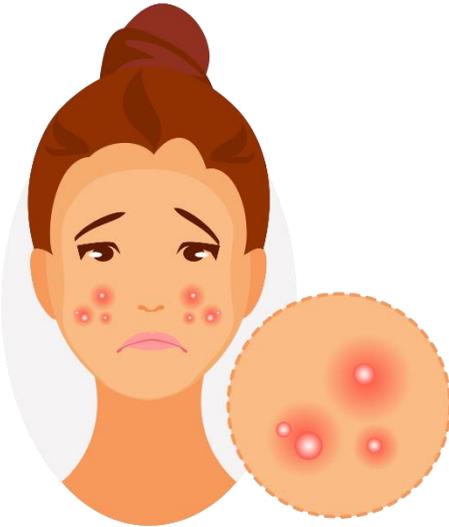


ما هي طرق الوقاية من ندبات حب الشباب وماهي طرق علاجها؟

عندما يشفى حب الشباب أو البثور العميقة، يمكن أن يؤدي ذلك إلى حدوث ندبات حب الشباب، التي لا تنتج دائمًا عن كل ظهور لحب الشباب. على الرغم من أن ندبات حب الشباب قد تتلاشى تدريجيًا، إلا أنها نادرًا ما تختفي تمامًا.

ما هي طرق منع تطور ندبات حب الشباب؟

- الكشف المبكر وعلاج حب الشباب يمكن أن يمنع تكون ندبات حب الشباب، لهذا السبب يُوصى بعلاج حب الشباب في مراحله المبكرة.



ما هي طرق منع تطور ندبات حب الشباب؟

- في البداية يكون حب الشباب عادةً خفيفًا ويمكن علاج حب الشباب الخفيف باستخدام الأدوية المباعدة من غير وصفة طبية لمنع تكون حبوب جديدة عميقة، والتي من المحتمل أن تسبب ندبات. يعد العلاج المبكر أمرًا مهمًا خاصةً إذا كان المريض لديه قريب من الدرجة أولى يعاني من ندبات حب الشباب لأنه يجعله أكثر عرضة.
- لا تقوم أبدًا بقرص أو ضغط أو حك أو عصر البثور، حيث يسبب ذلك زيادة في التهاب البشرة مما قد يؤدي إلى زيادة احتمالية حدوث ندبات حب الشباب. كما تزيد من مخاطر العدوى والتغيرات في لون البشرة.



ما هي عوامل الخطر التي قد تؤدي إلى تكون ندبات

حب الشباب؟

- حب الشباب المتوسط إلى الشديد.
- قريب من الدرجة الأولى لديه ندبات حب الشباب.
- ضغط أو قرص أو عصر أو حك البثور.

ما هو الفرق بين الندبات والتصبغ بعد الالتهاب؟

1. التصبغ بعد الالتهاب: بقعة داكنة من التصبغ تظهر

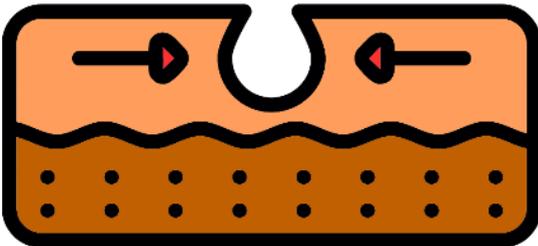
بعد التهاب الجلد وتلاشى مع مرور الوقت.

2. الندبة: لا تتلاشى أبدًا وتُصنف إلى نوعين:

• ندبات حب الشباب المنخفضة (الضامرة): والتي

تحدث بسبب تدمير وفقدان الكولاجين وتظهر على

هيئة تجاويف في الجلد.



ما هو الفرق بين الندبات والتصبغ بعد الالتهاب؟

- ندبات حب الشباب المرتفعة: عندما ينتج جسمك كمية كبيرة من الكولاجين في محاولة لشفاء الجلد والأنسجة الأساسية، تظهر ندبة مرتفعة. هذه الندبات شائعة أكثر في الأشخاص الذين يمتلكون بشرة داكنة اللون.

ما هي طرق علاج الندبات والتصبغ بعد الالتهاب؟

1. ندبات حب الشباب المرتفعة:

جلسات حقن الكورتيزون المخفف شهريا أو الليزر (إعادة التسطیح أو اللوعية الدموية).



ما هي طرق علاج الندبات والتصبغ بعد الالتهاب؟

2. الندبات الضامرة يمكن علاجها بعدة طرق:

- علاج الندبات بالليزر: (PDL)

هو جهاز ليزر يستخدم ضوءاً ساطعاً يتم امتصاصه بواسطة

الأوعية الدموية غير الطبيعية. يستخدم

الليزر الحرارة لتدمير هذه الأوعية الدموية

دون إلحاق الضرر بالجلد المحيط. قد يتطلب ثلاث

إلى أربع جلسات علاجية أو أكثر، تعطى بفواصل

شهر بين الجلسات. يستخدم هذا الإجراء عادة

لتحسين إحصار الندبات.

- الليزر التقشير التبخيري:

قد يتطلب هذا الإجراء ثلاث إلى أربع جلسات علاجية أو أكثر،

تعطى بفواصل شهر بين الجلسات. يمكن استخدامه لجميع

أنواع الندبات.



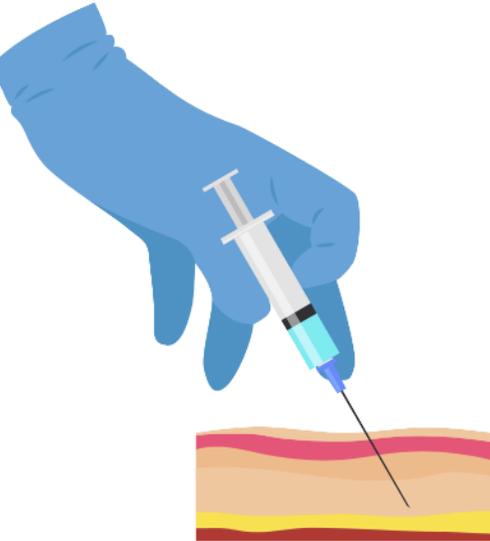
ما هي طرق علاج الندبات والتصبغ بعد الالتهاب؟

- علاج الندبات بتقطيع الألياف:

يتم إدخال إبرة تحت الندبة و يتم تحريكها لتحرير النسيج الليفي الذي يربط الندبة و المسبب للمظهر المنخفض .

عند عمل هذه التقنية، سيتشكل الكولاجين الجديد تحت الندبة دون حدوث انخفاض. من الممكن أن يكون هنالك حاجة للعديد

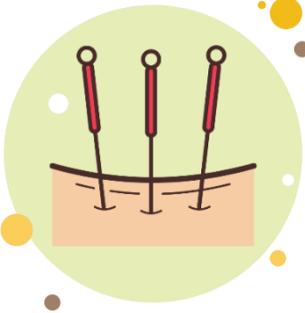
من العلاجات للوصول لنتيجة تحسن كبيرة. يتم عمل هذا الإجراء للندبات التي تكون على هيئة حفر مستديرة الحواف ، في حين أن هذه التقنية غير فعالة على ندبة ثقب الجليد و الندبة المربعة.



ما هي طرق علاج الندبات والتصبغ بعد الالتهاب؟

• الوخز بالإبر الدقيقة:

خلال هذه الإجراء، نقوم بثقب الجلد بواسطة إبر صغيرة في



ندوب حب الشباب، ويؤدي ذلك إلى إنتاج الجسم للكولاجين والإيلاستين. يُسمى أيضًا

"علاج تحفيز الكولاجين"، حيث يساعد

الكولاجين الجديد في التقليل من ندوب حب الشباب.

• الترددات الراديوية:

هذا الإجراء يستخدم موجات الراديو التي تؤدي إلى إنتاج الكولاجين والإيلاستين. كلما زاد إنتاج الكولاجين والإيلاستين،

كلما قل وضع ندبات حب الشباب. تكون مدة

التعافي القصيرة (يومي إلى ثلاثة أيام)،

واحتمالية حدوث فرط التصبغ الناتج عن

الالتهاب منخفضة جدًا.



ما هي طرق علاج الندبات والتصبغ بعد الالتهاب؟

• حقن محفزات الكولاجين

1. Poly L lactic acid

2. Calcium hydroxyapatite



المصادر والمراجع:

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

المراجعة والتدقيق:

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

قسم الجلدية
وحدة التوعية الصحية
IAU-24-559



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University