

## تقشير البشرة الكيميائي

**س. ما هو التفسير العلمي لكلمة تقشير ؟**

ج. كلمة تقشير تعني إزالة أو تخفيف الطبقة الخارجية من الجلد ( البشرة )، وأحياناً جزء من الطبقة الوسطى ( الأدمة)، وذلك لمعالجة بعض المشاكل أو العيوب التي تظهر على الجلد، نتيجة الإصابة بمرض معين، مثل حب الشباب والذي يترك أحياناً ندبات أو تصبغات، كذلك كلف الحمل أو النمش، وأثار تقدم السن كالتجاعيد وفقدان ليونة وحيوية الجلد، وتستخدم عدة طرق في تقشير البشرة منها التقشير الكيميائي والتقشير الميكانيكي (الصنفرة) والتقشير بالليزر. وأكثر هذه الطرق استخداماً هو التقشير الكيميائي.

**س. هل هناك أنواع للتقشير الكيميائي؟**

ج. هناك ثلاث درجات من التقشير الكيميائي للبشرة، وهذا ما يفسر الاختلاف الشديد في نتائج تقشير البشرة الكيميائي من امرأة لأخرى. للتبسيط فإنه يمكن وصف هذه الدرجات كالتالي :

أولاً : تقشير البشرة الكيميائي الخفيف باستخدام " ألفاهيدروكسي أسيد "

ثانياً: تقشير البشرة الكيميائي المتوسط باستخدام " تراي كلوروأستينيك أسيد "

ثالثاً: تقشير البشرة الكيميائي القوي باستخدام ( الفينول)

**س. ما هو التقشير الخفيف و ما هي استخداماته؟**

ج. تقشير البشرة الكيميائي الخفيف ( ألفاهيدروكسي أسيد ) يتميز بالآتي:

- مقشر جيد لتنعيم الجلد الجاف والخشن
- يحسن من منظر الجلد التالف بسبب التعرض للشمس و يمكن استعماله للوجه والجسم
- يتوفر في معظم الصيدليات ومخازن الأدوية وصالين التجميل.
- يمكن خلطه ببعض الكريمات أو منظفات الوجه للاستعمال اليومي والمنتظم
- يمكن خلطه بمبيضات البشرة لتناسق لون الجلد .
- يساعد على السيطرة على حب الشباب
- يمكن استعماله للتضير لتقشير البشرة الكيميائي المتوسط .

**ما هي الإرشادات الخاصة بالتقشير الخفيف؟**

ج.

1. يجب إعادة جلسة العلاج لمدة ثلاثة إلى عشر مرات للحصول على نتيجة مناسبة
2. يفضل الفصل بين جلسات العلاج بحوالي أسبوع إلى أسبوعين .
3. تتطلب جلسة العلاج الواحدة حوالي عشر إلى خمس عشرة دقيقة
4. يفضل استعمال مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس بعد بدء العلاج

**س. و ماذا عن التقشير المتوسط ؟**

ج. تقشير القشرة الكيميائي المتوسط ( تراي كلوروأستينيك أسيد) يتميز بالآتي:

- مقشر جيد لتنعيم الجلد الجاف والخشن
- التقشير المناسب لذوي البشرة السمراء
- يحسن من منظر الجلد التالف بسبب التعرض لأشعة الشمس
- يمكن استعماله للوجه والجسم.
- يقلل من خطر الإصابة بسرطان الجلد
- ينعم ويسوي تجاعيد الجلد الخفيفة والمتوسطة

- يبيض البقع السطحية الداكنة في البشرة .
- يحسن من لون ومنظر الندب الموجودة على البشرة
- يمكن استعماله لجميع أنواع وألوان البشرة بما فيها البشرة السمراء
- يستعمل عادة كعلاج إضافي لعمليات شد الوجه\* .

### س. و هل هناك إرشادات خاصة للتقشير المتوسط ؟

ج. نعم هناك التعليمات الآتية:

- أحيانا تحتاج البشرة للتحضير باستعمال التقشير الكيميائي الخفيف أو كريم ( ريتين -أ )
- يمكن التحكم بعملية التقشير حسب حاجة البشرة .
- يعتبر التقشير المناسب لذوي البشرة السمراء .
- يستغرق التقشير الكيميائي المتوسط مدة تتراوح ما بين ثلاثين إلى خمس وأربعين دقيقة لكل جلسة
- يجب استعمال مرطبات البشرة لمدة سبعة إلى عشرة أيام بعد التقشير
- يشبه التئام الجلد ما يحدث لمن يتعرض لحروق الجلد الناتجة من التعرض لأشعة الشمس ولكن بدون الإحساس بالألم، وذلك لمدة تتراوح ما بين سبعة إلى عشرة أيام .
- يفضل تكرار العلاج للحصول على النتيجة المرغوبة
- يفضل الفصل بين كل جلسة وأخرى بمقدار شهرين .
- يجب استعمال مستحضرات الوقاية من أشعة الشمس .

### س. ما هي أستهالات تقشير البشرة الكيميائي القوي؟

ج. تقشير البشرة الكيميائي القوي (الفينول) له الأستخدامات الآتية:

1. يزيل تلف الجلد الناتج عن التعرض لأشعة الشمس أو بسبب التدخين أو الأدوية بما فيها موانع الحمل
2. يخفف من آثار التجاعيد العميقة
3. يقلل من إمكانية الإصابة بسرطان الجلد
4. يعالج مشاكل تجاعيد الشفتين
5. يزيل النمش (الكلف)
6. يمكن استعمال تقشير البشرة الكيميائي القوي كمساعد لعمليات جراحة وإزالة التجاعيد وشد الوجه

### س. ما هي الإرشادات الخاصة بالتقشير الكيميائي العميق؟

ج.

- ★ لا يحتاج معظم الأشخاص إلا إلى عملية واحدة فقط لهذا النوع من التقشير
- ★ يحتاج أثناء العلاج مراقبة نبضات القلب
- ★ لا ينصح به لذوي البشرة السمراء .
- ★ تستغرق جلسة العلاج حوالي الساعة إلى الساعتين تقريبا
- ★ تمتد فترة النقاهة إلى حوالي عشرة أيام من بدء تقشير البشرة، ويتبع ذلك عدة أسابيع يكون فيها لون الجلد أحمر ويتطلب إخفاء ذلك بمكياج التمويه .
- ★ يجب استعمال مستحضرات الحماية من أشعة الشمس بشكل دائم .
- ★ يجب إحاطة أفراد العائلة وخاصة الأطفال بما سيكون عليه شكل ولون الوجه المتوقع بعد جلسة التقشير، وخاصة أثناء فترة تقشر البشرة واحمرارها .
- ★ النتيجة مذهلة في معظم الأحوال وخاصة إذا تمت بنجاح .

### س. كيف تتم عمليات تقشير البشرة الكيميائي؟

ج.

#### الخطوة الأولى : ما قبل جلسة العلاج

لا يحتاج تقشير البشرة الكيميائي الخفيف إلى أي علاج قبل بدء جلسة التقشير. أما بالنسبة للتقشير الكيميائي المتوسط والقوي فيحتاج إلى علاج البشرة أولاً بدهان " ريتين- أ "المدة أسبوع أو أسبوعين .

#### الخطوة الثانية : التحضير للعلاج

يجب إيقاف استعمال أي مستحضرات للتجميل قبل بدء جلسة العلاج بيوم أو يومين، وعادة ما يتم تنظيف البشرة من جميع آثار مستحضرات التجميل أو الدهانات أو الكريمات قبل جلسة العلاج.

#### الخطوة الثالثة: إزالة الدهون من البشرة

يتم خلال هذه الخطوة تنظيف البشرة من الدهون باستعمال الأسيتون أو الكحول المعقم .

#### الخطوة الرابعة: التخدير

لا يحتاج تقشير البشرة الكيميائي البسيط إلى تخديري. أما التقشير المتوسط فإذا تم استعمال التركيز الخفيف للعلاج فلا يحتاج إلى تخدير، أما إذا كان العلاج مركزاً فقد يتطلب استعمال مهدئ أو منوم بسيط - . بالنسبة لتقشير البشرة الكيميائي القوي، فيحتاج إلى استعمال منوم ومراقبة نبضات القلب أثناء جلسة العلاج، ويستثنى من ذلك ما إذا كانت المنطقة التي يراد تقشيرها من البشرة صغيرة جداً.

#### الخطوة الخامسة: دهن الجلد

- يتم دهن الجلد أثناء تقشير البشرة الكيميائي الخفيف باستعمال قطعة قماش ناعمة
- أما بالنسبة لتقشير البشرة الكيميائي المتوسط فيمكن استعمال قطعة قماش ناعمة أو أعواد القطن أو عن طريق الرذاذ
- أما تقشير البشرة القوي بالفيونول فيتم دهن الفيونول بالتدريج منطقة منطقة باستعمال أعواد القطن وبيضاء شديد تقاديا لإمكانية امتصاص الفيونول عن طريق الجلد وتأثيره على نبضات القلب. ولذلك يجب مراقبة نبضات القلب أثناء جلسة العلاج

#### الخطوة السادسة: الضماد والعناية بالبشرة

- ❖ لا يحتاج تقشير البشرة الكيميائي الخفيف إلى أي عناية خاصة أو دهانات معينة بعد العلاج اللهم إلا إذا استدعى الأمر يمكن استعمال محلول الملح البارد لتخفيف أثر الدهان. كما أنه لا يحتاج إلى ضماد، ويجب اجتناب وضع مستحضرات التجميل في الساعات الثلاث الأولى التي تلي جلسة التقشير الخفيف وينصح بدهن الوجه بكريم الأساس المرطب مثل وضع الماكياج والذي يجب أن يحتوي أيضا على مادة تقي من أشعة الشمس
- ❖ أما بالنسبة للتقشير الكيميائي المتوسط فيتم العناية بالبشرة باستعمال مضاد حيوي مرطب ولمدة عدة أيام، حتى يبدأ الجلد بالتقشر ويحذر من استعمال ماكياج خلال هذه الفترة، وإذا ما انتهت مرحلة تقشر البشرة بشكل كامل يمكن استشارة الطبيب عن إمكانية البدء باستخدام الماكياج من عدمه، وينصح عندئذ باستعمال كريم الأساس المرطب والذي يحتوي على مادة واقية من أشعة الشمس مع أو بدون الماكياج .
- ❖ أما العناية بالبشرة بعد التقشير الكيميائي القوي فتتضمن تغطية البشرة بضماد مضاد للماء، وهذا يساعد على زيادة تركيز وعمق وتساوي التقشير وبعد إزالة الضماد، يتم دهن الجلد بفازلين لترطيب البشرة أثناء عملية الالتئام، وتستغرق هذه المرحلة حوالي سبعة إلى عشرة أيام .

#### الخطوة السابعة: النقاها والعناية المستمرة

- ★ لا يحتاج تقشير البشرة الكيميائي الخفيف إلى نقاها لكن من المهم الاستمرار باستعمال مرطب البشرة وحمايتها من التعرض لأشعة الشمس. وتحتاج البشرة عادة إلى حوالي ثلاث إلى سبع جلسات للتقشير الكيميائي الخفيف للحصول على النتيجة المرغوبة مع ملاحظة الفصل بين الجلسة والأخرى بحوالي أسبوع إلى أسبوعين، كما أنه يمكن إعادة التقشير كلما لزم الأمر .
- ★ أما بالنسبة لتقشير البشرة الكيميائي المتوسط، فيحتاج إلى عناية مستمرة ومنظمة بالبشرة تتضمن الوقاية من أشعة الشمس، والدهان بالكريمات المرطبة للبشرة، كما أنه يتطلب استعمال ماكياج التمويه لإخفاء آثار التقشير على البشرة لمدة أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع، حتى يختفي اللون الوردي للبشرة ويمكن تكرار التقشير المتوسط في أي وقت بعد شهرين من الجلسة السابقة، وعادة لا تزيد الحاجة عن ثلاث جلسات من التقشير الكيميائي المتوسط لكل دورة علاج كاملة. ولضمان استمرار نتيجة التقشير ينصح باستعمال دهان "ريتين -أ" باستمرار، وربما تطلب الأمر إعادة جلسات التقشير بعد سنة ونصف إلى سنتين .
- ★ ويحتاج التقشير الكيميائي القوي إلى وقت أطول للنقاها يتخلل ذلك استعمال مسكنات للألم وتقسير شديد للبشرة خلال سبعة إلى عشرة أيام واستمرار احمرار البشرة لمدة تستغرق أحيانا عدة أشهر

#### **س. أين يمكن أن تجري عمليات تقشير البشرة؟**

ج. يتم إجراء جلسات تقشير البشرة الكيميائي في العيادات المتخصصة، إلا إذا تطلب الأمر استعمال المهدئات أو

النومات أو مراقبة القلب، فإنه يفضل إجراءها في مراكز جراحة اليوم الواحد .

#### **س. ماذا عن الندوب؟**

ج. لا تحدث ندوب بعد تقشير البشرة الكيميائي الخفيف، وهناك نسبة بسيطة لاحتمال حدوث بعض الندوب بعد التقشير المتوسط. أما بالنسبة لتقشير البشرة الكيميائي القوي باستعمال الفينول فإنه من المتعارف عليه إمكانية حدوث ندوب على البشرة بعد جلسة العلاج وخاصة إذا تم التقشير البشرة الرقبة، ولذلك لا ينصح الأطباء باستعمال الفينول لتقشير بشرة الرقبة وإنما يقتصر استعماله على بشرة الوجه فقط

### س. و ماذا عن آلام تقشير البشرة الكيميائي؟

ج. قد يحدث شعور خفيف بوخزات في البشرة بعد تقشير البشرة الكيميائي الخفيف يزول بعد ثلاث دقائق فقط، ولا يتطلب ذلك تناول المسكنات. أما التقشير المتوسط فهناك شعور بحرقان بالبشرة لمدة ثلاث إلى خمس دقائق ثم جفاف بالجلد ويزول بعد دهان البشرة بمضاد حيوي مرطب ولا يحتاج إلى استعمال المسكنات رغم أن شكل الجلد يميل إلى الاحمرار الشديد المشابه لحروق الشمس. وبالنسبة لآلام تقشير البشرة الكيميائي القوي باستعمال الفينول، فإنه عادة ما يكون قويا ومؤلما ويحتاج لتناول مسكنات الألم في الأيام الأولى حسب حجم المنطقة المعالجة من البشرة. كما أنه يجب تجنب التعرض لدرجات الحرارة العالية أو الباردة جدا .

### س. ما هي مضاعفات تقشير البشرة الكيميائي؟

ج.

- احتمال ظهور ندوب في البشرة المعالجة بالتقشير الكيميائي المتوسط والقوي
- يجب اجتناب استخدام تقشير البشرة الكيميائي القوي باستعمال الفينول للبشرة السمراء تفاديا لحدوث ابيضاض دائم بالبشرة، حيث يكفي البشرة السمراء استخدام التقشير الكيميائي الخفيف أو المتوسط فقط.
- قد يحدث اضطراب في نبضات القلب إذا امتص الجسم كميات كبيرة من الفينول أثناء جلسة التقشير الكيميائي القوي.
- يجب وقاية البشرة بعد التقشير بجميع أنواعه من التعرض لدرجات الحرارة العالية جدا أو الباردة جدا نظرا لحساسية البشرة وتأثرها بذلك.

### س. ما هي فترة النقاهة و متى يمكن العودة إلى العمل؟

ج.

- يمكن العودة إلى العمل مباشرة بعد تقشير البشرة الكيميائي الخفيف
- يمكن العودة إلى العمل مباشرة بعدة تقشير البشرة الكيميائي المتوسط، ولكن سيظهر شكل البشرة المعالج أحمرًا كأنه تعرض لحروق الشمس
- يجب الراحة لمدة عشرة أيام على الأقل بعد استخدام تقشير البشرة الكيميائي القوي بالفينول

### س. ها هناك ارشادات خاصة أخرى؟

ج.

1. ممارسة الرياضة : لا يوجد أي محاذير من ممارسة الرياضة من تقشير البشرة الكيميائي الخفيف والمتوسط. يجب التدرج في ممارسة الرياضة بعد تقشير البشرة القوي بالفينول لمدة أربعة إلى خمسة أيام

2. ممارسة الجنس: يمكن ممارسة الجنس مباشرة بعد تقشير البشرة الكيميائي الخفيف والمتوسط دون محاذير .بالنسبة لتقشير البشرة القوي فيجب الراحة من أربعة إلى خمسة أيام قبل ممارسة الجنس
3. التعرض لأشعة الشمس: يجب اجتناب أشعة الشمس واستعمال المستحضرات التي تقي من أشعة الشمس دائما وذلك على الأقل لمدة سنة كاملة بعد تقشير البشرة
4. السفر: لا يوجد محاذير من السفر بعد تقشير البشرة بكافة أنواعه

س. ماذا عن دوام نتيجة التقشير وتكراره؟

ج.

- ❖ يتطلب تقشير البشرة الكيميائي الخفيف ثلاث إلى عشر جلسات علاج مفصولة بأسبوع أو أسبوعين على الأقل للحصول على النتيجة المرغوبة .
- ❖ يحتاج تقشير البشرة الكيميائي المتوسط جلسة واحدة إلى ثلاثة جلسات مع الفصل بين كل جلسة وجلسة بمقدار شهرين للحصول على النتيجة المرغوبة .
- ❖ يكفي تقشير البشرة الكيميائي القوي بالفينول جلسة واحدة فقط وتختلف ديمومة نتيجة التقشير باختلاف العناية المستعملة للبشرة بعد التقشير كاستعمال دهان ( ريتين-أ) ومرهم الوقاية من أشعة الشمس باستمرار. وعادة ما تختفي نتائج التقشير أو تكون عكسية أحيانا إذا لم يتم الانقطاع عن التدخين أو تعاطي المسكرات أو إذا تم التعرض لأشعة الشمس المباشرة دون استعمال الدهانات الواقية.
- ❖ كما أنه ينصح أحيانا بإعادة وتكرار تقشير البشرة الكيميائي الخفيف شهريا لضمان استمرار النتيجة المرغوبة. وأيضا تكرار تقشير البشرة الكيميائي المتوسط بعد سنة أو سنتين من الجلسة الأولى. أما التقشير الكيميائي القوي بالفينول فلا يحتاج عادة لتكرار العلاج مرة أخرى .