

خيارات طبيّة و جراحية لغرض استرجاع أو ابقاء شعر فروة الرأس

ماذا يسبّب خسارة شعر فروة الرأس (الصلع) ؟

هناك أسباب كثيرة لخسارة الشعر (الصلع) في الرجال أو النساء. في الاغلبية العظمة من الذكور الذين يخسرون شعرهم، السبب هو حالة وراثية ذكرية تعرف بالصلع بالأسلوب الذكري. هذه المشكلة تتطلب الوجود من الهورمون، ديهدروتستوسترون (ده ت) (DHT)، في الرجال الحساسين بالوراثة لحدوث الصلع. بالمثل، اغلب الأناث الذين عندهم خسارة الشعر يعانون من أسلوب أنثوي وراثي. هذه الحالة لازالت تحت بحث، لأنّ تأثيرات الهورمون على خسارة الشعر الوراثي في الأناث يمكن تختلف عن الذكور. هناك بعض من الأسباب الأقلّ عادية لخسارة الشعر، التي يمكن عكسها بالمعالجة، وهذه تتضمن امراض الغدة الدرقية، قلة نسبة الحديد، حمى عالية، جراحة أو بنج عام، ريجيم شديد، ولادة، وبعض من الادوية. هناك أيضا حالات جلدية في فروة الرأس التي تستطيع ان تسبب خسارة شعر بصورة مؤقتة أو دائمية، مثل لوبس Lupus، لاينوبيلاريس lichen planopilaris وداء الثعلب Alopecia Areata. يتوافر كثير من الأساطير بخصوص هذا الموضوع؛ خسارة او فقدان الشعر لا تسبّب من قلة دوران الدم، عرقلة حويصلات الشعر، كثرة غسل الشعر، كثرة لبس القبعات أو الخوذات، أو وجود العت. أيضا من المهم أن نتذكّر أنّ أغلب الاشخاص يفقدون تقريبا 75-125 شعرات من فروة الرأس يوميًا بسبب طبيعي. بعض الشعر يدخل في حالة سبات (تيلوجن)، وأخر يخرج من هذه الحالة ويبدأ أن ينبت شعر جديد (أناجن). ما دامت هذه العملية تبقى متوازنة، فان عدد الشعرات على فروة الرأس يبقى ثابت. هناك عامل ثانوي آخر في خسارة الشعر وهو الاجهاد، الذي يمكن أن يسرّع خسارة الشعر المبرمج بالوراثة. ان الإجهاد على الأرجح لا يسبّب خسارة الشعر بنفسه بدون الجينات والهرمونات الضرورية لذلك.

قابلية الشخص لخسارة الشعر بأسلوب ذكري أو أنثوي تتقرر بالوراثة من أي جانب من الأسرة وتطرّف بعد البلوغ. شعر الفروه الحساسى وراثيا لالصلع الأندروجيني (عموما الجبهة وأعلى من الفروة)، يبدأ بالتقلص في قطر وطول القصبه المحتمل كلّ 3 إلى 5 سنوات من " دائرة الحياة" إلى أن يختفي أخيرا. الشعر على ظهر وجوانب الفروة في أغلب الرجال عادة يكون دائمي وراثيا، أي يبقى مدى الحياة.

ماذا تستطيع أن تعمل عن خسارة او فقدان الشعر بالاسلوب الذكري ؟

أكثر من أي وقت من قبل يوجد الآن كثير من الخيارات لمساعدة الناس الذين يعانون من فقدان الشعر.

- جراحة استعادة الشعر تقدّم حل وعلاج حي ودائمي إلى استعادة شعر الفروة الضائع.
- عناية طبيية فعّالة باستعمال حبوب (فيناسترايد Finasteride) وسائل موضعي لفروة الرأس (مينوكسيديل Minoxidil). هذه الادوية تتطلب معالجة دائمة على مدى الحياة حتى يبقى تأثيرها.
- مواد تجميلية تتضمن كريمات (معاجين) ملونة، رذاذات ومساحيق، توضع على الفروة و تساعد لتمويه المناطق الرقيقة، على شرط هناك بعض الشعر حاضر في المنطقة. هذه المواد لا تعالج خسارة او فقدان الشعر.
- الباروكة تنظي حل غير جراحي لتغطية مناطق الصلع في فروة الرأس. هناك طرق كثيرة لربط الباروكة بالفروة. الاغلبية تستعمل مواد لاصقة كالغراء، لحق بالنسيج او مشابك.

معالجات جراحية

خيارات جراحية:

زرع غرسات شعر: غرسات وحدة حويصلية وغرسات عدة الوحدات الحويصلية تقنيات حديثة في جراحة زرع الشعر تستطيع أحياء الشعر الضائع واستبدال أو تغيير شكل خط الشعر مع شعرك الخاص النامي والطبيعي، الذي لا يحتاج أي عناية عدا الغسل، التمشيط، والترتيب العادي الذي أنت دائما تعمله. الزرع يتم حاليا بامتياز حيث غالبا لا يستطيع الحلاق أو مصمم الشعر أن يكتشف الغرسات الموجودة.

زراعة الشعر تتضمن إزالة جلد فيه الشعر الدائم من ظهر أو جوانب الفروة (منطقة التبرع) وبعد ذلك وباستعمال التكبير، يقطع النسيج إلى غرسات وحدة حويصلية (تحتوي 1-4 شعرات) وغرسات عدة الوحدات (تحتوي 3-6 شعرات). هذه الغرسات الصغيرة بعد ذلك تُزرع بدقة داخل منطقة الصلع (المنطقة المتلقية) بدون جرح أو إيذاء أي حويصلات سبق تواجدها في المنطقة وفي نفس الزاوية الدقيقة والاتجاه لبقية الشعرات الحاضرة. وهذه التقنية قد مكّنت جراح الشعر أن يخلق خطوط شعرية ريشية وطبيعية الاتجاه والمنظر، التي لا كانت ممكنة في سنين ماضية. يفضل بعض الجراحين أن يزرعون مع غرسات الوحدة فقط، بينما آخرين يشعرون أنّ وضع غرسات عدة الوحدات الحويصلية داخل المنطقة المركزية من الفروة يخلق كثافة مركزية فضلى. اعتماداً على درجة الصلع في المناطق الامامية، وسط الفروة، والذروة (التاج)، عادة 2-3 عمليات جراحية تكفي، مع تنوع كثير في عدد الغرسات المستعملة. هذه الاشياء تعتمد اولا على منطقة الصلع الحالي وفي المستقبل، ثانيا على منطقة التبرع "الأمنة" في المريض، ثالثا على صفة الشعر التركيبية، رابعا على نوعية الغرسات المستعملة، وخامسا على الأهداف الخاصة بالمريض ورغبته. جراحة زرع الشعر اليوم جيدة النتائج بشكل ملحوظ. بخلاف اول 24 ساعة تتكون قشرات صغيرة على كلّ غرسة والتي تتساقط في خلال 4-14 أيام. تبدأ الشعرات المطعمة تنمو غالبا في 10-16 أسابيع بعد العملية وتستمر أن تنمو لمدى او الغالبية العظمة من حياة الشخص. مع كبر العمر هناك خسارة خفيفة من كثافة الشعر فوق الرأس في الكثير من الرجال والنساء، التي أيضا تأثر على الشعر المزروع بشكل طبيعي.

من يستفيد من جراحة إسترجاع الشعر؟

أي شخص الذي يعاني من خسارة شعر دائمة يمكن يكون مرشح لجراحة إسترجاع الشعر، من ضمنهم:

- رجال مع صلع بالأسلوب الذكري
- نساء مع خسارة شعر بالأسلوب الأنثوي
- رجال أو نساء الذين يريدون أن يحيون أو يغيّرون شكل خط شعرهم
- افراد مصابون بندب من جراء إصابات أو أمراض جلدية مندبة، وأيضا مرضة الذين يعانون من خسارة بعض الشعر بعد عملية جراحية، مثل سحب الوجه
- تثخين أو أحياء الحواجب، الأهداب، واللحي
- رجال أو نساء الذين يريدون شعر في منطقة قليلة أو خالية من الشعر

ماذا يحدث أثناء عملية زرع الشعر؟

عملية زرع الشعر تعتبر من العمليات الجراحية الصغرى. زراعة الشعر عادة تستغرق 3-8 ساعات اعتمادا على عدد الغرسات وعادة تنجز بإستعمال تخدير موضعي، وغالبا مع بعض ادوية مهدئة إضافية تؤخذ بالفم او بالوريد. المرضى غالبا يكونون يقظين، غير أنهم يحسّون

بالإسترخاء بسبب تأثير هذه الادوية. هناك عادة قليل من المشقة او المعانات أثناء الإجراء الجراحي. منطقة التبرّع ، حيث الغرسات تكون مأخوذة ، عادة تغلق مع غرز أو خيوط أو مشابك جراحية ، ماعدا في تقنيق إستخراج الوحدة الحويصلية، الذي لا يتطلب إغلاق جراحي. هذه الخيوط تزال عادة في 7-14 يوم. يمكن أحيانا ان تستعمل خيوط التي تذوب طبيعيا لزيادة الحاجة للرجوع لإزالتها. المواقع المتلقية، حيث الغرسات توضع عليها، هي أساساً فتحات إبر أو شروخ في الجلد صغيرة وسطحية في فروة الرأس تعمل باستعمال ابر او الات خاصة. المفروض ان يكون الجراح مستعد أن يتناقش معك المحاسن والحجج للطرق المختلفة لحصاد وزرع الغرسات. في نهاية الإجراء او العملية، قد يستعمل الجراح إما ضماد خفيف جداً، أو في حالات كثيرة، الطبيب يبيئك للمراقبة لفترة قصيرة وبعد ذلك يسمحك أن تترك بدون أي ضماد. في نهاية العملية الجراح عادة يفحص مواضع الغرسات النهائية، بعد تفسير وشرح التعليمات يزود المريض بتعليمات مكتوبة أيضا عما يجب عمله واتباعه بعد العملية.

ماذا يحدث عقب عملية زرع الشعر؟

زراعة الشعر تعتبر عملية جراحية صغرى نسبياً وجداً آمنة ونادراً ما تلاقي تعقيدات جديّة او هامة. هناك عادة قليل من أو لا مشقة في منطقة الغرس. كثير من المرضى يشعرون ببعض الضغط في منطقة التبرّع لمدة يوم او يومين وقد يحتاجون خلالها لاستعمال بعض الحبوب المهدئة للالم. المريض يمكن أن يطلب من عنده أن يستعمل ضمادات او مناديل رطبة أو رذاذات وأن ينام في سريره مرتفع اعلى الصدر والراس لمدة 2-3 أيام بعد العملية لتقليل الإنتفاخ والورم. كما يمكن ان تتكون قشرات صغيرة على كلّ غرسة، والتي عادة يمكن أن تموّه بأيّ شعر موجود الذي يمكن تمشيطة على المنطقة المتلقية ، أو باستعمال منتجات تموهية مثل Dermatch ، Couvre او Toppik. هذه القشرات عادة سوف تقع من الفروة خلال 5-14 أيام بعد الجراحة ، قشرات الغرسات الصغيرة غالباً تسقط في 4-6 أيام والكبيرة تأخذ مدة أطول. الشعر المزروع الواضح خارج الجلد يمكن في البداية أن يسقط مع القشرات؛ ولكن المهم بان الجذور تبقى وستكون في سبات لمدة 10-14 أسابيع ، لتبدأ بعدها الشعرات الجديدة بالنمو. الحساسيّة التي يمكن أن تختفي في منطقة التبرّع أو التلقي عادة تعود طبيعياً ضمن 2-8 أشهر بعد الجراحة.

كما ذكرنا سابقاً، نادراً يوجد تعقيد. أحيانا يقع التهاب ثانوي بسيط حول حويصل الشعر المزروع حديثاً، مماثل إلى الالتهاب بسبب شعرة نامية بداخل الجلد، والذي عادة يستجيب ويشفى باستعمال ضماد مسخّن بسيط. الجرح الملتئم الذي يقع في فروة الرأس في منطقة التبرّع نتيجة إزالة الجلد عادة يكون رفيع ويستطيع الشخص اخفائه بسهولة بالشعر المحيط. مواقع الغرسات في المنطقة المتلقية الامامية تشفى تقريباً بدون ندب منظور وتغطى بالشعر المزروع. أقلية من المرضى يمكن أن يحدث عندهم إنتفاخ بسيط في الجبين لأيام قليلة بعد الجراحة. قد يظهر الإنتفاخ بشكل خاص حول اليوم الثالث بعد العملية ويختفي بعد 3-4 أيام. اما التلوث في منطقة التبرّع أو منطقة التلقي فنادر جداً. معظم المرضى يشعرون بخدار بسيط في منطقة صغيرة فوق منطقة التبرّع والذي تدريجياً يختفي بعد عدد قليل من الأشهر.

متى يجب أن أبدأ المعالجة ؟

يوصي أكثر الاطباء اليوم بداية المعالجة الطبية لخسارة الشعر الجديّة بأسرع وقت ممكن. حتى عندما المريض يقرّر أن يباشر في جراحة زرع الشعر، المعالجة الطبيّة يمكن أن تقلل أو تمنع خسارة شعر إضافية في المستقبل. يمكن أن يتلقّى المريض جراحة استرجاع الشعر في أيّ عمر بعد العشرينات الأولى، غير أنّ القرار لأيّ مريض يختلف، اعتماداً على عدد من العوامل. الاغلبية الكبرة من المرضى يتلقون إجراءهم الأول بينما هم ليسوا بعد صلحين تماماً ، حتى يستطيعوا استعمال شعرهم الموجود لتمويه الإجراء الجراحي. مع هذا ، لأنّ خسارة الشعر تميل

أن تكون على حدّ سواء تدريجيّة وتقدّميّة ، غالبا لا يُنصح أن يبدأ الطبيب بالمعالجة الجراحية في المريض الصغير جداً بالسن. العلاج الطبي بالادوية مثل فيناسترايد (finasteride) و مينوكسدليل (minoxidil) عادة توصف للرجال الذين يعانون من خسارة الشعر حتى تساعد في حفظ شعرهم أو جزئياً على عكس رفاق أو خفة الشعر في منطقة التاج الخلفي وفي المنطقة العليا. زرع الشعر يمكن أن يستعمل لاملأ داخل الخط الشعري الأمامي ولتنخين النصف الأمامي من فروة الرأس، والمعالجات الطبية يمكن استعمالها حتى يبقى الشعر في خلف المنطقة المزروعة حيث من المحتمل تحسّن نتائج الجراحة في الامد الطويل. سوف يتعاون جراحك معك لأجل تصميم خطة مناسبة لك لانجاز حاجاتك الخاصة في هذا المجال.

خيارات جراحية: رفرفات و تخفيض (تصغير) مساحة فروة الرأس

تصغير فروة الرأس بعملية جراحية التي تزيل جزء من الجلد الاصلع، وعادة تتم في التاج الخلفي والمنطقة الوسطى من الفروة. إجراء الرفرفة يتضمن رفرفة من فروة الرأس التي فيها شعر وتزال من الجانب والخلف من فروة الرأس بينما تبقى مربوطة في منطقة الهيكل ، حيث تبقى تستمد التموين بالدم، وهذا الذيل الضيق من الجلد يدار بالاتجاه العكسي ويخيّط في محله على طول خط الشعر الأمامي. تنجز هاتين العمليتين نادراً في هذا العصر الجديد من جلسات كبيرة وغرسات صغيرة. في المرضى مع النوع المناسب من فروة الرأس وأساليب خسارة الشعر، محاسن وحجج هذه الإجراءات يجب أن تتناقش مع جراح متدرّب ومختص في هذه التقنيات.

كيف أعرف إن كنت أنا مرشح جيد لجراحة استرجاع الشعر؟

تتضمّن العناصر التي يعتمد عليها الطبيب لتحديد فيما اذا كان المريض مرشح جيد لجراحة استرجاع الشعر ما يلي: الحالة الصحية العامة للمريض؛ نوع الشعر - رقيق أو خشن؛ التباين بين لون الشعر ولون الجلد؛ الكثافة: بمعنى عدد حويصلات الشعر لكل سنتيمتر مربع من المنطقة المتبرّعة؛ مساحة المنطقة المطلوب تغطيتها؛ مساحة المنطقة في شعر التبرّع؛ فيما اذا أو لا قد تمّت إجراءات غرس سابقة؛ وأهداف وتوقعات المريض. اعطاء تشخيص دقيق و توصيات معالجة يتطلب فحص من قبل الطبيب ومع مناقشة صريحة للإمكانيات بين المريض والطبيب. الطبيب يجب أيضا أن يعطي المريض تقدير كامل وواقعي من ناحية التكاليف للاجراء أو الاجراءات القادمة. ينبغي أن يفهم المريض أنّ عملية زرع الشعر تتضمن تغيير توزيع الشعر الموجود ولا يستطيع حالياً أن يخلق حويصلات شعر جديدة.

علاجات طبية

ما هي العلاجات الطبية المتوفرة حالياً؟

فيناسترايد (finasteride) (Propecia®) هو دواء يؤخذ بالفم بوصفة طبية فقط وقد بدأ استعمالها في العقد السابق. هذا الدواء موافق استعماله للرجال فقط. من خلال دراسات علمية ، أثبتت أنه يسبب نمو الشعر في عدد كبير من الرجال ويوقف خسارة الشعر في نسبة مئوية أعلى. فيناسترايد يقلل تكوين الهرمون DHT، هذا الهرمون هو مسؤول بجزء كبير عن خسارة الشعر بالأسلوب الذكري ، بينما لا يقلل تستوسترون (testosterone) ، الذي هو الهرمون الذكري العام المسؤول عن الصفات الذكرية الاخرى. لذلك ، أي أعراض جانبية التي يمكن أن تؤثر على العمليات الجنسية الذكرية تكون بسيطة وتحدث في أقل من 2% من المرضى. الفيناسترايد اصبح متوفر خلال ال 10 سنوات الماضية وأثبت أنه دواء أمين وفعال. فعالية فيناسترايد او (Propecia®) تكون أكثر في حالات خسارة الشعر المبكرة أو المعتدلة ، غير أنه

يمكن أيضا ان يساعد المرضى المصابين بخسارة شعر أكثر تقدّمًا في حفظ شعرهم المتبقي ، وإستعماله يُقْتَرَح من قبل جراحين استرجاع الشعر كدواء فعّال لابطء أو عكس خسارة الشعر بالأسلوب الذكري في كثير من الرجال. في كثير من الاحيان يوصف كمعالجة متممة لمرضة جراحة زرع الشعر.

منوكسدیل (minoxidil) (Rogaine® or Regaine®) ، هو دواء موضعي متوفر في الصيدليات منذ حوالي 15 سنة ومفيد في ابطاء خسارة الشعر، غير أنه أقلّ فعّال في مساعدة نمو شعر جديد. استعمال هذا المحلول بتركيز أعلى (محلول 5%) من المنوكسدیل موجود حالياً للرجال وعادة أكثر فعّال من محلول 2%. محلول 5% عموماً لا يوصف للنساء لأنه يمكن أن يحث نموّ شعر في الوجه ، وأيضا لأنّ على الأقلّ هناك دراسة واحدة تقترح أنّ هو ليس أكثر فعّالاً من المحلول 2% في الإناث.

يجب استعمال فيناسترايد ومنوكسدیل بصورة متواصلة لغرض أستمرار النتائج ، وإن اوقف العلاج سوف تستأنف عملية الصلع. هذه الادوية يمكن ان لا تكون الحل لكلّ شخص ، غير أنّهما برهنوا فائدتهما الهامة إلى كثير من الناس. بالاضافة، إدماج المعالجة بمحلول المنوكسدیل مع الفيناسترايد يمكن ان يعطي فائدة اضافية للرجال مع حالة الصلع الذكري.

كيف أجد جراح استرجاع شعر منوع (متخصص) ؟

الجمعية الدولية لجراحة استرجاع الشعر (ISHRS) هي أكبر جمعية من نوعها في العالم مكرّسة إلى تقدّم معرفة وتقنيات جراحة استرجاع الشعر. نستطيع أن نجهّزك مع اسم وعنوان جراح استرجاع شعر قريب عليك.

رجاءً استعمل الرقم 8004442737

أو زور الويب سايت للجمعية الدولية لجراحة استرجاع الشعر www.ishrs.org

International Society of Hair Restoration Surgery
13 South 2nd Street
Geneva, IL 60134 USA

هاتف: 8004442737 او 6302625399

فاكس: 6302621520

بريد إلكتروني email: info@ishrs.org

ISHRS لا تظاهر اي تقنية أو معالجة خاصّة. إدماج التقنيات يمكن يكون في اكثر الافادة للمريض. الطبيب يتمكن من نتائج ممتازة باستعمال تقنيات مختلفة. اختيار المعالجة المناسبة لأي فرد يجب ان يكون بالاستشارة بين المريض والطبيب المطلع.