

الكلف

الكلف هو مشكلة شائعة في فرط التصبغ بالوجه تصيب النساء عادة، خاصةً ذات البشرة الداكنة كلا الجانبين من الوجه ، وخاصة الخدين ، وجسر الأنف والجبهة ، والشفة العليا



من يتأثر بالكلف؟

يحدث الكلف في الغالب عند الأشخاص ذوي البشرة الملونة ، و 90 ٪ منهم من النساء. تعد أمريكا اللاتينية وآسيا والشرق الأوسط وشمال إفريقيا من المناطق الأعلى إصابة

ما هو سبب الكلف؟

- على الرغم من أن السبب الدقيق غير معروف ، إلا أن الأشخاص المتأثرين لديهم في كثير من الأحيان تاريخ عائلي من الكلف
- تغيير في الحالة الهرمونية ، على وجه الخصوص ترتبط بالحمل وتناول حبوب منع الحمل بشكل شائع بالكلف والكلف غالباً ما يشار إليه باسم "قناع الحمل".
- يعتبر التعرض لأشعة الشمس والضوء من أكثر الأسباب شيوعاً لظهور الكلف. يمكن أن يحفز الضوء فوق البنفسجي من الشمس والضوء المرئي من المصابيح الخلية المنتجة للصبغ في الجلد تسمى الخلايا الصباغية لإنتاج المزيد من الصباغ.
- الخلايا الصباغية نشطة بشكل خاص في تلك التي لديها جلد بني أو أسود. حتى كميات صغيرة من التعرض للضوء ، مثل القيادة في سيارة أو المشي في موقف للسيارات إلى متجر يمكن أن تحفز الكلف
- تهيج الجلد يمكن أن ينتج لوناً بنيًا وهو يشفي وأي تهيج يصيب الوجه قد يتسبب في تفاقم الكلف.
- على الرغم من أن الكلف يمكن أن يسبب توتر نفسي وتأثير سلبي على نوعية الحياة ، إلا أنه لا يرتبط بأي أمراض داخلية.

كيف أعرف إذا كان لدي كلف؟

بسبب مظهره المميز ، يمكن تشخيص الكلف بسهولة من قبل المريض أو طبيب الجلدية. خزعة الجلد قد تكون في بعض الأحيان ضروري من أجل التمييز بين الكلف عن الحالات الأخرى.

ما هي أفضل علاجات الكلف؟

تتوفر العديد من العلاجات للكلف ، ولكن لا يوجد علاج مماثل في كل مريض. بينما يعاني بعض المرضى من الكلف لبضعة أسابيع أو أشهر فقط ، إلا أن الكثيرين لديهم سنوات أو عقود. عادة ما يتحسن الكلف المرتبط بالحمل خلال بضعة أشهر بعد الولادة ، ولكن في المناخات المشمسة قد يستمر التصبغ لسنوات عديدة. كريمات الوقاية من الشمس مهمة للغاية في أي خطة علاج لأن الشمس والإضاءة هي الأسباب الرئيسية للكلف. ينبغي أن تستخدم واقبات الشمس واسعة الطيف ، والتي تعطي حماية ضد الأشعة فوق البنفسجية UVA & UVB. الاستخدام اليومي لواقبات الشمس مهم ، لأنه حتى الجرعات الصغيرة من الضوء يمكنها تفاقم الكلف. قد تحتاج إلى وقف حبوب منع الحمل الفموية إذا تسببت في حدوث الكلف. يجب إيقاف الكريمات أو الماكياج المزجة كما يجب معاملة الجلد بشكل عام بلطف مراجعة طبيب الجلدية يمكن أن يؤدي إلى نتيجة ناجحة حيث أنه الشخص الوحيد القادر على تقييم المشكلة بشكل صحيح. علاج الكلف صعب وبأخذ وقتاً طويلاً من الطبيب والمريض معاً. ويجب أن يكون العلاج مخصصاً لكل فرد حسب الفحص السريري من أخصائي الجلدية. يتم معالجة الكلف عادة باستخدام منتظم ويومي لكريمات الوقاية من الشمس وكريمات التبييض الموضعية أو مختلف أنواع التقشير الكيميائي حسب ما يراه الطبيب المعالج مناسباً للحالة. متى يجب استخدام الليزر لعلاج الكلف؟ ... الجواب هو فقط بعد تجربة نظام وروتين علاج موضعي قوي. وذلك لأنه لا يوجد علاج بالليزر فعال وبدون آثار جانبية، خاصة بالنظر إلى ارتفاع معدلات تكرار المشكلة بعد استخدام الليزر