

### معلومات عن البلازما

الحقن بالبلازما الغنية بالصفائح الدموية (بالإنجليزية: Platelet Rich Plasma) أو اختصاراً (PRP)

هي تقنية حديثة تُستخدم في علاج العديد من الحالات المرضية وبما انها من دم نفس الشخص فهي تعتبر واحدة من أكثر العلاجات الطبيعية أماناً وفعالية دون مضاعفات أو آثار جانبية .

عندما تحدث إصابة في جسم الإنسان، يرسل الجسم كمية من الصفائح الدموية إلى موقع الإصابة لبدء عملية الشفاء وتنشيط الخلايا هناك لإصلاح ما هو تالف بسبب الإصابة. وقد فكر العلماء في استخدام تركيز أكبر من الصفائح الدموية في البلازما لعلاج العديد من الإصابات والأمراض التي كان الجسم يستغرق وقتاً طويلاً للتعافي منها أو أنه لم يتعاف منها تماماً.

وقد أدى استخدام حقن البلازما الغنية بالصفائح الدموية إلى حدوث ثورة في علاج العديد من الحالات التي تؤثر على الجسم (المشاكل الجلدية وعمليات العيون والفقرات ومشاكل العظام والمفاصل) بنجاح كبير.

### يتم استخدام البلازما الغنية بالصفائح لعلاج العديد من المشاكل الجلدية:

- نضارة الوجه
- ندب حب الشباب
- معالجة التجاعيد والخطوط الدقيقة
- علامات الشيخوخة وترهل الجلد
- الهالات السوداء تحت العين
- حالات تساقط الشعر
- نضارة ظاهر اليدين والرقبة وأعلى الصدر

### ما هو حقن البلازما الغنية بالصفائح الدموية ؟

يتكون الدم من سائل (يعرف بالبلازما) تسبح به خلايا الدم الحمراء والبيضاء والصفائح الدموية. تلعب الصفائح الدموية دوراً رئيسياً في علاج الالتهابات في الجسم، حيث تبدأ الصفائح الدموية في عملية تخثر الدم. تحتوي الصفائح الدموية أيضاً على العديد من البروتينات، والتي تسمى "عوامل النمو" والتي يتم إفرازها

- تساعد في عملية الشفاء من الإصابات
- تساعد على نمو أوعية دموية جديدة وتحفز التئام الأنسجة
- كما تجذب هذه المواد الخلايا الجذعية إلى مكان الإصابة وتحفز انقسامها ونشاطها.
- الخلايا الجذعية هي خلايا بدائية لديها القدرة على الانقسام والتكاثر لإعطاء أنواع مختلفة من الخلايا المتخصصة، مثل خلايا الجلد والغضاريف والعظام. هذه الخلايا الجذعية هي المسؤولة عن تجديد الخلايا التالفة، مما يؤدي إلى إنتاج خلايا جديدة وتجديد الأنسجة
- يزيد بشكل طبيعي مرونة الجلد وإنتاج الكولاجين
- يتم إعادة تجديد البشرة وبالتالي تقليل الخطوط الدقيقة والتجاعيد للحصول على بشرة شبابية مشرقة

### الطريقة المتبعة

1. سحب كمية دم بسيطة من المريض (8-10 مل تقريباً) ووضعها في انبوب مخصص لهذه الغاية (معقمة وحاصلة على شهادات التسجيل الأمريكية والسويسرية والفرنسية).
2. يتم بعدها تحضير هذه العينة بجهاز الطرد المركزي الذي يقوم بفصل كريات الدم الحمراء عن البلازما ونتيجة لهذا الإجراء نحصل على بلازما غنية بالصفائح الدموية (PRP) ويستغرق هذا الإجراء دقائق معدودة (9 دقائق تقريباً)
3. بعد ذلك يقوم الطبيب بحقن هذه البلازما بالأماكن التي تحتاج معالجة حيث تقوم بتحفيز الخلايا الجذعية المسؤولة عن تجديد الخلايا التالفة مما يؤدي إلى إنتاج خلايا جديدة بشكل ذاتي للجسم وتجديد الأنسجة. كما تساعد في تحفيز الكولاجين وتعزيز نمو الأوعية الدموية الجديدة وتحفيز عملية التئام الجروح.

### قبل جلسة حقن البلازما

- تجنب تناول الأسبرين أو غيره من الأدوية المضادة للالتهابات مثل البروفين ، أدفيل ، زيت السمك ، جينكوبيلوبا ، وجرعات عالية من فيتامين E لمدة 7-10 أيام قبل إجراء العملية، لأن هذه قد تسبب زيادة خطر النزيف والكدمات في مكان المعالجة.
- يُسمح باستخدام الفيتامينات المعتادة والباراسيتامول بشكل منتظم (إذا لم يوجد مانع اصلا)
- تجنب المشروبات الكحولية لمدة 24 ساعة قبل الإجراء لأن ذلك قد يزيد من خطر النزيف والكدمات.
- تجنب كريمات التبييض أو تنف الشعر أو استخدام الشمع أو كريمات إزالة الشعر في المنطقة المراد معالجتها.
- الحضور للعيادة بدون ماكياج بحيث تكون المنطقة نظيفة للموعد
- خذ قرصين من الباراسيتامول (إن لم يكن موانع) قبل ساعة واحدة من موعدك إذا كان لديك مخاوف من ألم الأبر.
- إذا كان لديك تكرار لالتهابات فيروسية (Herpes simplex) على منطقة الحقن، فتأكد من إبلاغ الطبيب قبل موعدك بأسبوع واحد؛ وهذا سيتيح لنا الوقت الكافي لوصف الأدوية المضادة للفيروسات.
- حدد موعدك قبل أسبوعين على الأقل من مناسبة خاصة قد تحضرها، مثل حفل زفاف أو عطلة. وذلك لتجنب حدوث كدمات وتورم قد يكون واضحا في تلك الفترة الزمنية.
- تناول وجبة خفيفة قبل موعدك. هذا سوف يقلل من فرص الدوار (الدوخة) أثناء علاجك.
- أبلغ طبيبك دائما بجميع الأدوية، بما في ذلك المكملات الغذائية التي قد تتناولها وكذلك تاريخك الطبي.
- إذا كنت تتناول أدوية مميعه للدم مثل الوارفارين أو Plavix، فيجب عليك استشارة طبيبك لمعرفة ما إذا كنت قادرا على إيقاف هذه الأدوية لمدة 7-10 أيام قبل موعدك وبعد يومين على الأقل من إجراء العملية.
- إذا كنت تستخدم الكريمات مع فيتامين (أ) (ريتين-أ، أديفرين ، أكريتين ، شوركيور) توقف قبل يومين من الجلسة وبعد يومين.
- قد يحتاج بعض الأشخاص إلى أكثر من جلسة واحدة لتحقيق التأثير المطلوب
- من الأفضل عدم عمل الجلسات للحوامل وللأشخاص الذين يعانون من أمراض مناعية وهي في حالة نشطة

### بعد جلسة حقن البلازما

- غالبية الآثار الجانبية للحقن (احمرار وتورم وكدمات وألم بسيط بعد الحقن) عادة ما تهدأ في غضون يوم او يومين بعد العلاج، ولكن يمكن أن تستمر لمدة تصل إلى أسبوع.
- يمكنك تناول قرصين من الباراسيتامول (إن لم يكن موانع) لتخفيف الألم كل 6 ساعات بعد العلاج
- تجنب اللمس المفرط أو تدليك المناطق المعالجة لمدة 6 ساعات بعد الحقن
- حاولي النوم وجهها لأعلى لتخفيف التورم إذا حصل
- يمكن غسل المناطق المعالجة بصابون لطيف أو منظف طبي
- يمكن استخدام الكمادات الباردة لمدة 15 دقيقة كل ساعة بعد العلاج لتقليل التورم وتقليل الآلام
- للمساعدة في التورم والكدمات، يمكنك استخدام كريم أو جل Arnica، بالإضافة إلى الألوفيرا ، وفيتامين E
- يمكن وضع المكياج بعد ساعات قليلة من العلاج، في حالة عدم وجود مضاعفات (مثل الجروح المفتوحة أو النزيف أو العدوى)
- خلال الـ 24 ساعة الأولى بعد العلاج، قلل من التعرض لأشعة الشمس أو مصابيح الأشعة فوق البنفسجية
- قد يؤدي التعرض الشديد لأشعة الشمس أو الحرارة والمشروبات الكحولية إلى زيادة مؤقتة في الاحمرار أو الكدمات أو التورم في مواقع الحقن. إذا كان هناك تورم أو احمرار مستمر بعد الحقن، يجب عليك الحد من التعرض لأشعة الشمس لمدة 5-7 أيام على الأقل.
- إذا كان التعرض لأشعة الشمس أمرا لا مفر منه، فاستخدم كريم واقى للشمس له عامل حماية 30 أو أكبر
- تجنب تناول الأسبرين أو غيره من الأدوية المضادة للالتهابات مثل الإيبوبروفين ، أدفيل ، زيت السمك ، جينكوبيلوبا ، وجرعات عالية من فيتامين E لمدة 5 أيام بعد العملية، لأن هذه المواد قد تسبب زيادة خطر النزف والكدمات في المواقع المعالجة
- تذكر وضع كريمات واقية من الشمس يوميا