



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University

علاج حب الشباب

Acne Management



ما هي طرق علاج حب الشباب المتاحة حسب نوع حب الشباب وشدته؟

1. الرعاية الداعمة:

- الحفاظ على بشرة نظيفة

يجب غسل الوجه بلطف بعد التعرق، ولمدة تصل إلى مرتين في اليوم، واختيار منظفًا لطيفًا بحيث يتم وضعه باستخدام أطراف الأصابع. قد يؤدي استخدام المناشف أو الإسفنج أو أي أدوات أخرى للتقشير إلى تهيج البشرة.

- اختيار العناية المناسبة للبشرة

يجب استخدام منتجات العناية بالبشرة اللطيفة والخالية من الكحول. تجنب المنتجات التي يمكن أن تهيج البشرة، بما في ذلك التونر والمقشرات التي يمكن أن تجعل حب الشباب يبدو أسوأ.



ما هي طرق علاج حب الشباب المتاحة حسب نوع حب الشباب وشدته؟

- الغسل بالشامبو بانتظام

يمكن أن يسبب الزيت الموجود في الشعر إلى ظهور حب الشباب على الجبهة. فإذا كان الشعر دهنيًا، يجب غسله بالشامبو أكثر من المعتاد وإبقاء الشعر بعيداً عن الوجه.

- التزم بالعلاج والوصفه المحددة لك

الاستخدام المفرط لعلاجات حب الشباب الجديدة يمكن أن يؤدي إلى تفاقم حالة البشرة ويؤدي إلى ظهور البثور. قد تمر عدة أسابيع أو حتى أشهر قبل أن تصبح النتيجة ملحوظة، لذلك يجب السماح للعلاج أن يأخذ الوقت الكافي ليبدأ مفعوله.



ما هي طرق علاج حب الشباب المتاحة حسب نوع حب الشباب وشدته؟

• الامتناع عن اللمس

لمس الوجه قد يؤدي إلى تفاقم حب الشباب. على الرغم من أنه قد يكون من المغري فرقة حب الشباب أو الضغط عليه أو التقاطه، إلا أن القيام بذلك سيؤدي إلى إطالة الوقت الذي يستغرقه التخلص منه ويزيد من فرصة ظهور مناطق داكنة تعرف باسم فرط التصبغ والتندب التالي للالتهاب.

• الحرص على وضع كريم واقى الشمس

يمكن أن تؤدي الشمس إلى تفاقم حب الشباب.



ما هي طرق علاج حب الشباب المتاحة حسب نوع حب الشباب وشدته؟

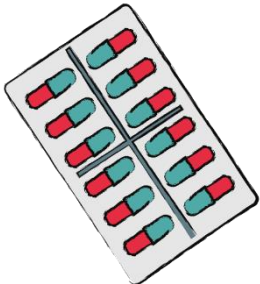
2. العلاج الدوائي:

• حب الشباب الخفيف

العلاج الموضعي باستخدام [البنزويل بيروكساید أو الريتينويد] أو [العلاج الموضعي المركب الذي يتكون من البنزويل بيروكساید بالإضافة إلى المضاد الحيوي الموضعي أو بيروكسيد البنزويل بالإضافة إلى الريتينويد الموضعي].

• حب الشباب المتوسط

مزيج من العلاج الموضعي وهو البنزويل بيروكساید بالإضافة إلى المضاد الحيوي الموضعي أو البنزويل بيروكساید بالإضافة إلى الريتينويد الموضعي أو مزيج من المضادات الحيوية عن طريق الفم والريتينويد الموضعي أو بيروكسيد البنزويل.



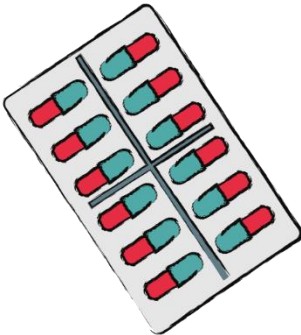
ما هي طرق علاج حب الشباب المتاحة حسب نوع حب الشباب وشدته؟

• حب الشباب الشديد

مضاد حيوي عن طريق الفم بالإضافة إلى علاج موضعي مركب وهو [البنزويل بيروكساييد بالإضافة إلى المضاد الحيوي الموضعي أو بيروكسيد البنزويل بالإضافة إلى الريتينويد الموضعي] أو الإيزوتريتينوين عن طريق الفم

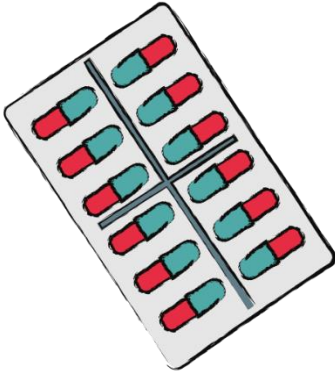
- المضاد الحيوي الموضعي المفضل هو الكليندامايسين.
- المضاد الحيوي الموصى به عن طريق الفم هو

التتراسيكلين.



ما هي طرق علاج حب الشباب المتاحة حسب نوع حب الشباب وشدته؟

- يمكن استخدام وسائل منع الحمل المركبة عن طريق الفم للمرضى الذين يبحثون عن وسائل منع الحمل، والمرضى الذين يعانون من أعراض فرط الأندروجينية، والمرضى الذين يعانون من تفاقم أعراض الحيض.
- علاج حب الشباب الموضعي ينبغي استخدامه على المناطق المعرضة لحب الشباب بأكملها بدلاً من استخدامه كعلاج موضعي لمنطقة واحدة. يجب اتباع التعليمات والاستخدام بالطريقة الصحيحة .





ملاحظات:



ملاحظات:





ملاحظات:



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-24-558



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University