



راه‌های از بین بردن جای زخم

وقتی پوست شما صدمه می‌بیند، چه به صورت تصادفی و چه به صورت برنامه‌ریزی شده (برای مثال، طی یک عمل جراحی) روی پوست شما جای زخم ایجاد می‌شود که ممکن است برای مدت‌ها روی پوست باقی بماند.

وقتی پوست شما صدمه می‌بیند، چه به صورت تصادفی و چه به صورت برنامه‌ریزی شده (برای مثال، طی یک عمل جراحی) روی پوست شما جای زخم ایجاد می‌شود که ممکن است برای مدت‌ها روی پوست باقی بماند.

پوست، عضو زنده بدن است که دارای چند لایه است. بیرونی‌ترین (بالا ترین) لایه پوست اپیدرم است که از سلول‌های مرده پوست تشکیل شده و سطح پوست را می‌سازد.

هر فرد سالم در هر دقیقه حدود 30 هزار سلول پوست مرده‌اش می‌ریزد. با این حال سلول‌های پوست زنده به‌طور مداوم در قسمت زیرین اپیدرم تولید شده و جای سلول‌های مرده را می‌گیرند.

منظور از لایه زیر اپیدرم، درم است که حاوی عروق خونی، اعصاب و لایه چربی است.

به دلیل این پویایی هرگاه زخمی روی پوست ایجاد شود، ترمیم می‌شود و جای زخم یا اسکار از بین می‌رود، اما بسته به نظر جراحان پلاستیک، درمان اسکار طیف وسیعی دارد و شامل اقدامات غیر جراحی و جراحی است که همه این اقدامات در جهت بهبود ظاهر اسکار انجام می‌شود.

پزشکان معمولاً از ژل‌های سیلیکان استفاده می‌کنند که این ژل‌ها برای چند سال باعث فشردگی پوست، نرم شدن و تا حد امکان محو شدن جای زخم شما می‌شوند.

حالا روش‌های از بین بردن جای زخم پوستی را برای شما می‌گوییم:

روش طبیعی

خیلی از مردم معتقدند که مصرف خوراکی ویتامین E به بهبود سریع زخم منجر می‌شود و آثار زخم را روی پوست شما کمتر می‌کند. مواد غذایی که حاوی مقدار قابل توجهی ویتامین E هستند عبارتند از: گندم، تنقلات (به خصوص بادام زمینی)، روغن‌های گیاهی، تخم‌مرغ، سبزی‌هایی که برگ تیره دارند مانند اسفناج.

بعضی نیز برای جلوگیری از ضخیم شدن و برآمده شدن زخم از مالیدن روغن نارگیل روی پوست استفاده می‌کنند.

زخم‌هایی که از آنها مراقبت‌های لازم صورت گرفته باشد، به تدریج وضوح خود را از دست می‌دهند.

روش دارویی

اگر زخم شما بعد از مدت طولانی هنوز مشخص و واضح است، می‌توانید به سادگی به وسیله بعضی از لوازم آرایشی که در داروخانه‌ها موجود است (مانند کرم‌های محتوی ویتامین E) آن را پنهان کنید.

پزشکان معمولاً از ژل‌های سیلیکان استفاده می‌کنند که این ژل‌ها برای چند سال باعث فشردگی پوست، نرم شدن و تا حد امکان محو شدن جای زخم شما می‌شوند. این ژل‌ها امروزه در داروخانه‌ها در دسترس هستند.

روش جراحی

بعضی بیماران به عمل‌های جراحی متعدد نیاز دارند که به‌طور معمول این اقدامات وقتی صورت می‌گیرد که درمان دارویی یا موارد غیرجراحی پاسخ‌گو نباشد.

در این موارد جراح به وسیله یک عمل جراحی، زخم یا اسکار را برمی‌دارد و در واقع با برداشتن بافت زخمی، اندازه اسکار کوچک‌تر می‌شود و گاهی اوقات اسکارهای بزرگی را که ناشی از تصادفات یا سوختگی هستند و بسیار بدشکل شده‌اند، با استفاده از پیوند یا گرافت پوستی یا پوست مصنوعی درمان می‌کند.

استفاده از پوست مصنوعی که با تایید اداره غذا و داروی آمریکا از آوریل 2002 به کار گرفته شده است، برای اسکارهای بدشکل ناشی از سوختگی کاربرد دارد.

این پوست مصنوعی شامل دو لایه است که به‌طور معمول لایه زیرین از کلاژن گاوی و لایه رویی از جنس سیلیکون است. برای استفاده از آن باید ابتدا بافت اسکار را برداشت و پوست مصنوعی را جایگزین کرد.

لیزر و درم ابریژن

روش دیگر کاربرد لیزر و درم ابریژن است که به‌طور معمول برای اسکارهای کوچک مثل اسکار ناشی از آکنه و یا اسکارهای برآمده یا فرورفته کاربرد دارد. با این روش، لایه بالایی پوست یا اپیدرم برداشته می‌شود.

لیزرهایی که به‌طور معمول برای رفع اسکار استفاده می‌شود، اغلب لیزرهای دی‌اکسید کربن و اربیوم یاک است که اپیدرم را بر می‌دارد و لایه‌های زیرین را محکم‌تر می‌کند.

برخی از اسکارها به حالت برآمده هستند که آنها را کلویید می‌نامیم که آنها هم با نوعی لیزر به نام PDL درمان می‌شوند.

لیزر اغلب باعث ورم یا قرمزی یا کبودی موقت پوست می‌شود و در 33 تا 85 درصد موارد می‌تواند تغییر رنگ در پوست ایجاد کند که البته این مشکل در افراد با پوست تیره، بیشتر است.