

## روش های از بین بردن اسکار یا جای زخم



پوست مانند پارچه ای ظریف که از دارایی هایی ارزشمند محافظت می کند، سدی محافظ برای اندام های داخلی بدن است. یک تکه پارچه ابریشمی را تصور کنید، فقط یک پارگی کوچک می تواند تفاوت بزرگی در ظاهر آن ایجاد کند. در مورد پوست هم همینطور است. هر گونه جراحت، سوختگی یا آسیب های دیگر مانند جراحی، می تواند باعث ایجاد اسکار شود. با وجود اینکه گاهی اوقات، جای زخم هرگز به طور کامل از بین نمی رود، اما روش هایی وجود دارد که می تواند به کاهش اندازه و تغییر ظاهر اسکار کمک کند.

**اسکار چگونه ایجاد می شود؟**

اسکار زمانی ایجاد می شود که درم (لایه عمیق و ضخیم پوست) آسیب ببیند. بدن فیبرهای کلاژن جدیدی (پروتئینی که به طور طبیعی در بدن وجود دارد) تشکیل می دهد تا آسیب را ترمیم کند و در نتیجه جای زخم ایجاد می شود. بافت اسکار جدید بافت و کیفیت متفاوتی نسبت به بافت اطراف خواهد داشت. اسکار یا جای زخم، بخشی طبیعی از روند بهبودی پس از آسیب بوده و ناشی از فرآیند بیولوژیکی ترمیم زخم در پوست و سایر بافت ها است. بیشتر زخم ها، به جز موارد بسیار جزئی، منجر به درجاتی از زخم می شوند.

جای زخم می تواند در اثر حوادث، بیماری های پوستی مانند آکنه یا جراحی ایجاد شود. ظاهر و درمان اسکار به عوامل متعددی بستگی دارد. عمق و اندازه زخم یا بریدگی، محل آسیب، سن، جنسیت و ژن عوامل مهمی در درمان هستند.

## انواع اسکار

### اسکارهای کلوئیدی

این اسکارها نتیجه یک روند بهبودی بیش از حد تهاجمی هستند. درمان ها شامل جراحی برای برداشتن جای زخم، تزریق استروئید یا استفاده از ورقه های سیلیکونی برای مسطح کردن جای زخم است. کلوئیدهای کوچکتر را می توان با استفاده از کرایوتراپی (انجماد درمانی با استفاده از نیتروژن مایع) درمان کرد. همچنین با استفاده از درمان فشاری یا پدهای ژل با سیلیکون در هنگام آسیب دیدگی، می توان از تشکیل کلوئید جلوگیری نمود. اسکارهای کلوئیدی در میان افرادی که پوست تیره دارند بیشتر دیده می شود.

### اسکارهای انقباضی

در سوختگی ها ممکن است اسکار انقباضی ایجاد شود. این اسکارها پوست را سفت می کنند که می تواند توانایی حرکت فرد را مختل کند. اسکارهای انقباضی ممکن است عمیق تر شوند و بر عضلات و اعصاب تأثیر بگذارند.

### اسکار های پیرتروفیک

این دسته اسکارهای برجسته و قرمز رنگی هستند که شبیه به کلوئید هستند اما از مرز آسیب فراتر نمی روند. درمان ها شامل تزریق استروئید برای کاهش التهاب یا استفاده از ورقه های سیلیکونی است که جای زخم را صاف می کند.

### اسکار آتروفیک

در اسکار آتروفیک یا فرورفته، اسکارها نسبت به بافت اطراف گود رفته تر هستند.

## جای جوش

در افرادی که آکنه شدید دارند، ممکن است زخم هایی به جا بماند. انواع مختلفی از اسکار آکنه وجود دارد که از حفره های عمیق گرفته تا اسکارهایی که از نظر ظاهری زاویه دار یا موجی هستند را شامل می شود. گزینه های درمانی به نوع اسکارهای آکنه ای بستگی دارد.

## چه روش های درمانی برای اسکار وجود دارد؟

### درمان موضعی

بعضی محصولات سیلیکونی شامل اشکال کرم ها، پمادها یا ژل های بدون نسخه یا نسخه ای وجود دارند که می توان برای درمان اسکارهایی که در اثر بریدگی ها، جراحات یا زخم های دیگر ایجاد می شوند، استفاده کرد. این روش درمانی غیر تهاجمی است. سیلیکون در این ورقه ها در سطح مولکولی به بافت پوست متصل می گردد و با تحریک پوست، سطح فعالیت کلاژن را در آن افزایش می دهد. سیلیکون ها علاوه بر اینکه موجب افزایش ساخت کلاژن در پوست شده و به ضخیم تر شدن پوست نازک و آسیب دیده کمک می کنند، دارای خاصیت بازسازی سلول های پوستی، حفظ طولانی مدت آب سلول های پوست و مرطوب کنندگی عمیق هستند.

### کورتیکواستروئیدها

بعضی از درمان ها شامل استروئیدها یا آنتی هیستامین های خوراکی خاص برای زخم هایی هستند که باعث خارش می شوند. در اسکارهای ناشی از آکنه شدید، از متخصص پوست خود راهنمایی بخواهید. پزشک می تواند درمان فشاری یا پوشش ژل سیلیکونی را برای درمان اسکار یا به عنوان مراقبت پیشگیرانه توصیه کند.

### درمان به وسیله جراحی

گزینه های زیادی برای درمان اسکارهای عمیق تر وجود دارد که شامل پیوند پوست، برداشتن بخشی از پوست، درم ابریژن یا جراحی لیزر است. در پیوند پوست، جراح از پوست ناحیه دیگری از بدن فرد استفاده می کند. این روش اغلب برای افرادی که دچار سوختگی شده اند، استفاده می شود. اگر زخمی دارید که عملکرد را مختل می کند، جراحی می تواند به رفع مشکلات عملکردی کمک کند.

### درمان های تزریقی

ممکن است برای درمان اسکارهای بیرون زده مانند کلوئید یا اسکار هیپرتروفیک تزریق استروئید انجام شود. پزشک ممکن است این روش را به تنهایی یا با سایر درمان ها به کار ببرد.

انواع تزریق، مانند کلاژن یا سایر فیلرها (پرکننده ها) ممکن است برای برخی از انواع اسکارهای حفره ای مفید باشند، اگرچه اینها معمولاً راه حل های دائمی نیستند.

### **رادیوتراپی**

رادیوتراپی سطحی با دوز پایین برای جلوگیری از عود اسکارهای شدید کلونیدی و هایپرتروفیک استفاده می شود. این روش درمان به دلیل عوارض جانبی طولانی مدت، تنها در موارد شدید استفاده می شود.

### **میکرونیدلینگ**

در این روش توسط سوزن هایی ریز، سوراخ هایی کوچک در سطح پوست ایجاد می شوند تا تولید کلاژن را تحریک کنند.

### **کرایوسرجری**

در این روش جای زخم را منجمد می کند تا اندازه اسکار، درد، خارش، سختی و تغییر رنگ اسکار کاهش یابد.

منبع این مطلب:

<https://www.webmd.com>