

السمنة والجلد

دكتور/ فيصل عبد العزيز حسن
أستاذ الأمراض الجلدية والتناسلية
كلية الطب - جامعة الأزهر



التهاب المفاصل .
الاكتئاب .
أما بالنسبة للجلد فمضاعفات السمنة كثيرة ومنها :
زيادة سماكة واسمرار جلد الرقبة والإبط (Acanthosis nigricans) وقد تكون مصحوبة أو غير مصحوبة بخلل في الغدد .
ظهور زوائد جلدية كثيرة (Skin tags).
زيادة في إفراز هرمون الأندروجين (Hyper androgenism).
ظهور خطوط رفيعة حمراء ثم تتحول إلى بيضاء بالجسم (Striae distensae).
سماكة واضحة في جلد باطن القدم (Planter hyperkeratosis).
التهابات فطرية بين الفخذين وكذلك في ثناياه (Candidal intertrigo).
تأخر في التئام الجروح (Delayed wound healing)
وإذا كان للسمنة تأثير مباشر على الجلد فلها تأثير غير مباشر من خلال إصابة الأشخاص ذوي السمنة بمرض البول السكري حيث أن هذا المرض له علاقة وطيدة بالكثير من الأمراض الجلدية مثل إصابة الأوعية الدموية الدقيقة في الجلد (Vasculitis) والنسيج الضام (Reactive Collgenosis) و بصيالات الشعر (Perforating folliculitis) وحيث أن البول السكري يصحبه خلل في الجهاز المناعي مما يؤدي إلى إصابة الجلد بأنواع مختلفة من البكتريا وفطريات الجلد والأظافر ومن هنا ننصح بأهمية علاج السمنة حتى نتجنب الإصابة بهذه الأمراض

يقول الله سبحانه وتعالى في كتابه العزيز « يابني آدم خذوا زينتكم عند كل مسجد وكلوا وأشربوا ولا تسرفوا أنه لا يحب المسرفين »
(صورة الأعراف الآية ٣١)
قد يعتقد البعض أن زيادة تراكم الدهون في الجسم (السمنة) يعتبر شيئاً طبيعياً وليس حالة مرضية وهذا الاعتقاد الخاطئ يؤدي إلى تفاقم هذه المشكلة وما يترتب عليها من مشاكل صحية خطيرة .
ولقد وجد أن السمنة نتاج لعوامل متعددة جينية- سلوكية - بيئية - فسيولوجية - اجتماعية وثقافية وكل ذلك يؤدي إلى خلل في ميزان الطاقة (Energy Balance) وبالتالي تراكم الدهون بالجسم .
ومع أن العامل الجيني يلعب دوراً هاماً إلا أن العوامل السلوكية والبيئية مثل حياة الخمول وزيادة الطاقة المكتسبة عن طريق الأكل قد تكون السبب الأول للسمنة .
وإذا أردنا تقييم السمنة فإن قياس محيط الوسط (Waist circumference) يعتبر طريقة جيدة للتقييم حيث أن زيادة محيط الوسط عن ٨٨ سم للمرأة ، ١٠٢ سم للرجل يصاحبها خطورة شديدة على الصحة .
وللسمنة مضاعفات كثيرة على أعضاء الجسم متضمنة الجلد ومن هذه المضاعفات التي قد تصيب أجهزة الجسم :
ارتفاع ضغط الدم .
البول السكري .
تصلب الشرايين .
الموت المبكر .
السكتة الدماغية .
سرطان المثانة .

فننصح باستخدام المرطبات ودهانات مضادات الفطريات
الموضعية وتقليل الاحتكاك بين مناطق الجلد المختلفة .

ولتحقيق هذا الهدف يجب الوصول إلى الوزن المثالي
ثم الحفاظ عليه وبالتالي تقليل الأخطار الناتجة عن
السمنة ويكون ذلك باتباع حميه علاجية مؤثرة تحتوي
على وجبات قليلة السعرات مع زيادة في النشاط الرياضي
كالمشي وكذلك تغيير السلوك وتنمية الثقافة للفرد ولأفراد
الأسرة المحيطة به .

وفي بعض الأحيان يلجأ أطباء التغذية إلي استخدام
بعض العقاقير وأخيرا إلي الجراحة في الحالات المستعصية
أما لمشاكل الجلد الناتجة عن السمنة مثل (زيادة سماكة
الجلد والالتهابات الفطرية) فننصح باستخدام المرطبات
ودهانات مضادات الفطريات الموضعية وتقليل الاحتكاك
بين مناطق الجلد المختلفة .

ومن ناحية أخرى بالنسبة للزوائد الجلدية فمن السهل
أزالتها جراحيا . أما حالات الخطوط الحمراء فقد تم
استخدام الليزر في علاجها . وفي حالات الجروح فلا بد
من العناية الكاملة حتى تلتئم هذه الجروح .