

أرني أظافرك أقول لك من أنت؟ وماذا تعمل؟



د. وجيه وهيب
إخصائي أمراض جلدية وتناسلية
مركز أسعد الحمد للأمراض الجلدية

أولاً:

هل توجد علاقة بين الأظافر والأمراض الجلدية؟

بالطبع، حيث تعتبر الأظافر من الأجزاء الملائمة للجلد (Skin Appendage) تماماً مثل الشعر والغدد العرقية والدهنية، وبالتالي فهي تتأثر في غالبية الأمراض التي تؤثر على الجلد فمثلاً إذا كان الجلد جافاً فإن الأظافر تكون معتممة (Dull-Colored) ورقيقة وسهل تقشيرها في نهايتها.

ما هي الطريقة المثلى لمقاومة بعض الأمراض مثل السَّاف والبقع البيضاء في الأظافر؟

ينشأ السَّاف (Hangnails) من تشقق أو تمزق الجلد على جوانب وقاعدة الأظافر والأسباب الشهيرة لذلك هو الأصابات والرضات (مثل قطف أو نتف الجلد حول الأظافر) والجفاف الشديد للجلد في هذه المناطق.

ولمنع حدوث هذا ينصح بالحفاظ على الأيدي والجلد حول الأظافر في حالة ترطيب مستمر والإبتعاد عن الجفاف الشديد للجلد نتيجة الغسيل المتكرر وكذلك إرتداء القفازات المطاطية والمبطنة بالقطن.



وقبل التحدث عن الأظافر ومدى أهميتها ومدى تأثيرها سواء بحياة الانسان ومختلف الأمراض التي يتعرض لها يجب أن نعرف بعض الحقائق الهامة عن الأظافر مثل:

١- الجزء الظاهري (Epithelial Part) من الأظافر ينشأ أثناء مرحلة نمو الجنين في الرحم.

٢- الوظيفة الأساسية للأظافر هي توفير سطح تقري (Keratinous Plate) غير مرن نسبياً على الناحية الظهرية لنهاية كل عقاله من أصابع اليدين والقدمين وهذا ينعكس بالطبع على أداء الأصابع من ناحية الكفاءة في الإمساك بالأشياء الصغيرة.

٣- تنمو الأظافر من الجزء الأدنى (Proximal Part) وهي تقع تحت الجزء الظفري الأدنى وهذا الجزء يظهر بصورة طبيعية في أصابع الإبهام في صورة جزء أبيض على شكل هلال وظهور هذا الجزء في باقي الأظافر شئ غير طبيعي في كثير من الأحيان ويعني أما تعرض هذا الشخص للمواد الكيميائية والمياه بكثرة أو القلق النفسي الذي يجعله يزيح الجزء الجلدي الملاصق للظفر والمعروف بإسم الإهاب أو البشرة (Cuticle).

ما هو معدل نمو الأظافر؟ وهل يختلف هذا المعدل في اليدين عن القدمين؟

تنمو الأظافر بطريقة مستمرة حيث يبلغ معدل نموها بالنسبة لأظافر اليدين حوالي ١ / ٨ بوصة شهرياً وتنمو أظافر اليدين بصورة أسرع من أظافر القدمين ويزداد معدل هذا النمو في الجو الحار وأثناء الحمل وأثناء فترات النقاهة من أي إصابات، ويكون معدل النمو في أظافر اليد اليمنى أسرع من اليسرى (في حال استخدام اليد اليمنى) ويقل معدل النمو في حالة تقدم العمر وفي حالات المرض.