كافة حقوق النشر والمواد القابلة للنشر في هذا المقرر التعليمي لعلم بحوث الشعر، بما في ذلك، دون الحصر، شعار وتصميم ونصوص ورسومات وصور وغير ذلك من الملفات العائدة إلى جمعية علم بحوث الشعر العالمية واختيارها وترتيبها هي حقوق نشر محفوظة كاملة الحقوق للأعوام 2011-2020 لصالح جمعية علم بحوث الشعر العالمية. لا يمكن نشر أو إعادة إنتاج أو توزيع أو إعادة نشر أو التنزيل على الكومبيوتر أو العرض أو الوضع في إعلان أو النقل بأي شكل من الأشكال أو بأي وسيلة من الوسائل، بما في ذلك،

دون الحصر، التصدير أو التسجيل أو غير ذلك من الأعمال دون الحصول على الإذن الخطي المسبق من جمعية علم بحوث الشعر العالمية.

بمتابعة هذا المقرر التعليمي، فإنكم توافقون على هذه الإفادة

هام

- رجاء استعمال المكتبة و/أو الكتب النصية و/أو الانترنت للبحث عن تفاصيل أوسع عن المعلومات الواردة في هذا المقرّر التعليمي عن علم بحوث الشعر. الكتب المقترحة موجودة في ملف «كتب للمقرّر التعليمي لعلم بحوث الشعر» الملحق مع هذا الفصل.
- كما يحدث في أي مقرّر تعليمي، من المهم أن تقوموا بمطالعاتكم الإضافية الذاتية .
- يتطلب منك هذا المقرّ ر التعليمي أن تكتب مقالات قصيرة وتعريفات. إذا واجهتكم أي صعوبات، رجاءً طلب المساعدة .... نقدم لكم المساعدة بواسطة البريد الالكتروني : worldtrichology@earthlink.net أو بواسطة اتصال هاتفي مباشر مع الدكتور عليك. المشرف

- يتوجب إرسال كافة الامتحانات بواسطة البريد الالكتروني على الموقع : worldtrichology@earthlink.net
- تعطى الواجبات المنزلية للمساعدة في تحسين معرفتكم للمادة. لا حاجة لإرسالها للحصول على علامات لها.

الفصل 26

العمل كأخصائي شعر معتمد:
الاستشارة

الفصل 26 الوحدة 1 الدرس 1

الاستشارة :مقدمة

- يعد هذا الفصل بمثابة مقدمة لموضوع الاستشارة. وسيتم إجراء عرض أكثرعمقاً أثناء التدريب السريري.
- الاستشارة هي واحدة من أهم المهام و الخدمات التي يقوم بها اخصائي علوم الشعر، فتصبح عيادته هي المكان الذي يمكن للعميل أن يشعر فيه بالراحة ويثق بمعرفة وقدرات أخصائي الشعر الذي يتابع حالته ، وبالتالي يصبح مريضًا مواظباً لأشهر أو سنوات.
- يجب الحفاظ على سرية المعلومات التي تم الحصول عليها من خلال جلسة الاستشارة ويجب وضع ملفات العميل في مكان آمن، مثل خزانة الملفات المقفلة.
- يجب أن يوفر أخصائي الشعر مساحة في مركزه للاستشارة، تكون مريحة وخاصة.
- يتوجب على أخصائي الشعر أن يرتدي الزي المناسب لمهنته و أن يعتني جيداً بنظافته الشخصية.
- قبل البدء بتقديم الاستشارات للعملاء،يُنصح بالتدرب عليها مع أفراد العائلة أو الأصدقاء حتى يشعر بالراحة تجاه العملية هذه.
- لكل خبير في علم الشعر طريقة الاستشارة الخاصة به. و طالما كنت مرتاحًا في إجراء هذه العملية، فإن ذلك ينعكس على عميلك فيشعر براحة اكبر.

الفصل 26 الوحدة 1 الدرس 2
الاستشارة : نظرة عامة

- قد يكون هناك العديد من العوامل التي تسبب تساقط شعر العميل أو تؤثر على حالة فروة الرأس ، لذلك من المهم جداً أن تقضي وقتًا كافيًا معه / معها. (قد تكون هناك حاجة للجلوس معه مدة تتراوح بين الثلاثين دقيقة والخمس وأربعين دقيقة).
- يجب أن تنظر إلى شعر عميلك وفروة رأسه ، وأن تأخذ معلومات كافية حول تاريخه الطبي و أسلوب حياته ، وتقترح عليه إجراء بعض اختبارات الدم ، وتساعده على التأقلم مع حالته ، ومناقشة جميع خيارات العلاج الخاصة به التي بإمكانها تحسين حالته.
- يجب أن تمتلك دائرة اتصال مهمة تشمل عدد من الأخصائيين الآخرين (مثل طبيب الرعاية الأولية ، طبيب الغدد الصماء ، إلخ) لمساعدتك في معالجة العميل بشكل أكثر فعالية.
- في بعض الأحيان ، ستحتاج إلى التخلص من سبب واحد محتمل قبل الانتقال إلى السبب التالي. و تذكر أن العديد من العوامل المختلفة قد تتسبب في تساقط الشعر أو تقشر فروة الرأس. لذلك من المهم أن تحدد كل عامل على حدة حتى يكون أي علاج توصي به أكثر فعالية.

الفصل 26 الوحدة 1 الدرس 3
الاستشارة: دليل موجز

- فيما يلي دليل موجز حول كيفية إجراء الاستشارة (سيتم مناقشة ذلك بمزيد من التعمق أثناء التدريب السريري):
  - قدم نفسك للعميل.
  - اسأل العميل (عند الاقتضاء)
- ما هي مشكلة شعره / فروة رأسه
- كم مرة يغسل شعره
- إذا كانت هذه المشكلة وراثية
- حول صحته ، بما في ذلك الإجهاد والأدوية ، وما إلى ذلك.
- منذ متى حدثت المشكلة
- عن نظامه الغذائي ، بما في ذلك الفيتامينات
- إذا استخدم أي عمليات كيميائية
- إذا كان يعاني من حكة في فروة رأسه.
- اكشف على شعر العميل باستخدام عدسة مكبرة و / أو ميكروسكوب متصل بجهاز الكمبيوتر. قبل لمس شعر العميل ، ارتدي "قفازات الفحص" (خالية من اللاتكس). وأثناء النظر في الشعر ، دوّن ما يلي:
  - ملمس الشعر
  - كمية تساقط الشعر (هل تظهر الكمية المتساقطة بشكل مفرط أم طبيعي)
  - تقشر فروة الرأس و / أو الاحمرار
  - هشاشة وتكسر الشعر
  - شعر الجسم
  - فروة الرأس و مظهر الشعر جاف/ زيت

الفصل 26 الوحدة 2 الدرس 1
تحليل الشعر :التوزيع

- انظر إلى شعر عميلك وفروة رأسه لترى توزيع ترقق للشعر (والذي يمكن أن يشير غالبًا إلى سبب تساقطه).
- من خلال مقارنة مناطق فروة الرأس - على سبيل المثال ، منطقة التاج ، والمنطقة الأمامية ، والجانبين ، والخلف - يمكن رؤية الاختلافات في كمية الشعر ويمكن تحديد نسبة الترقق.
- يمكن أن يشير توزيع الشعر إلى وجود حالة وراثية مثل ثعلبة الجر، وما إلى ذلك من مشاكل الشعر الوراثية.
- يمكن أن يساعدك استخدام عدسة مكبرة أو مجهر كمبيوتر في معرفة عدد الشعيرات التي أصبحت اكثر ترققاً من حيث القطر.
- إبحث عن شعر صغير جديد النمو، وما إذا كان الشعر مدببًا عند الحافة أو مسطحًا. يشير الأول إلى وجود شعر جديد ، والأخير يشير الى التكسُّر. قد يشير الكثير من الشعر المتكسر إلى أن أدوات تجميل الشعر هي المسبب للتساقط.
- إذا لزم الأمر ، قم بالنظر إلى الشعر تحت المجهر العادي. هذا سوف يساعدك في التحليل الخاص بك.

الفصل 26 الوحدة 2 الدرس 2
تحليل الشعر: التحليل المجهري لجذر الشعر

- يمكن أن يكون للتحليل المجهري لجذر الشعر دور مفيد فهو يساعد في العثور على بعض حالات فقدان الشعر مثل الثعلبة البقعية ، وثعلبة الشد ، والثعلبة الندبية.
- لكن تجدر الإشارة إلى أن هذه الطريقة يمكن أن تسبب ارتباكًا خاصةً عند تحليل مراحل التنامي والتيلوجين لدورة الشعر:
- جذر التنامي (anagen root) هو نسيج رخو ومرن للغاية ،يحتوي على خلايا حية في أول ميليمترين أو نحو ذلك (عُشر البوصة) من الحليمة. عند اقتلاع الشعر ، يتمدد هذا النسيج الموجود في الجذر ثم ينفصل عن الحليمة ، مثل الشريط المطاطي. ونظرًا لتصلب الأنسجة في الهواء وعرضها تحت المجهر أو العدسة المكبرة ، يكون لها مظهر غير منتظم.احياناً وغالبًا ما يكون مصطبغًا ومحاطًا بغمدٍ شفاف (جذر شفاف).
- على عكس جذر الاناجين، يكون جذر التيلوجين متصلباً بالفعل في بصيلات الشعر ولا يتغير شكل بصيلاته عند اقتلاعه. والنظر إليها تحت المجهر. فتظهر المنطقة التي يلتقي فيها الجذع بالجذر بشكل منتظم وتبدو وكأنها بصيلة صغيرة ، وتكون غالبًا بدون صبغة أو بها صبغة أقل من بقية جذع الشعرة. ما يشبه "بصلة نبات".

الفصل 26 الوحدة 2 الدرس 3
تحليل الشعر: الفحص المجهري للشعر Trichogram

- عادةً ما يتم الفحص المجهري للشعر بطريقتين: التقاط صورة لمنطقة من فروة الرأس وإحصاء الشعر على جهاز كمبيوتر (تصوير ضوئي)، أو نتف الشعر من منطقة مُقاسة وتقييمها تحت المجهر (وحدة مساحة الرسم ثلاثي الأبعاد).
- يمكن استخدام الترايكوغرام لحساب عدد الشعيرات لمعرفة ما إذا كان الرقم في المعدل الطبيعي لكل منطقة من فروة الرأس ، ويمكن أن يساعد أيضًا في التأكد من النسبة المئوية للشعر فهو يعتبر أداة تشخيص تساقط الشعر الوراثي. (إذا كان هناك نسبة كبيرة من الشعر أقصر من ثلاثين مليمترا في الطول و / أو أدق من أربعين ميكرون في القطر ، فإنها تسمى شعيرات لا نفع لها hairs (non-meaningful) ، أو شعيرات لا تضيف إلى المظهر التجميلي للشعرشيئاً.
- يمكن أن يبيّن هذا التحليل أيضًا ما إذا كانت النسبة المئوية للشعر في مرحلتي النمو والراحة طبيعة أوغير طبيعية.
  - باستخدام المخطط (trichogram) الخاص بوحدة المساحة ، يتم نتف الشعر (على غرار نتف الحاجبين) من منطقة في فروة الرأس. و بالرغم من ان هذه العملية قد تسبب ازعاجاً للعميل إلا أنها تضمن تقييماً أفضل لمدى فعالية أنظمة العلاج بمرور الوقت بدلاً من مجرد التشخيص.
  - يمكن أن يكون مخطط الشعر الضوئي بنفس فعالية مخطط التريكوجرام الخاص بوحدة المساحة ولكن بأقل قدر من عدم الراحة.
  - هناك العديد من برامج الكمبيوتر المتاحة لأداء هذا النوع من .trichogram

الفصل 26 الوحدة 2 الدرس 4
تحليل الشعر :اختبار سحب الشعر

- قيِّم معدل تساقط شعر عميلك من خلال قيامك بسحب الشعر من أماكن مختلفة من فروة رأسه.
- إن أفضل طريقة للقيام بذلك هي الضغط على عينة صغيرة من الشعر بين الإبهام والسبابة والسحب بقوة (حذِّر العميل أولاً قبل بدء "السحب").
- تشير كمية الشعر الخارج إلى مدى شدة تساقط الشعر.
- إن تزايد تساقط الشعر في مناطق مختلفة من فروة الرأس يشير إلى بعض أسباب الحالة. على سبيل المثال ، إذا كان الشعر يتساقط في مكان واحد أو بطريقة منتشرة اي في كل مكان، فإن ذلك قد يشير إلى نوع حالة تساقط الشعر لدى العميل.
- أثناء قيامك باختبار سحب الشعر ، يجب عليك أن تسأل عميلك متى غسل شعره آخر مرة، ذلك سيعطيك تقييمًا أكثر دقة. فكلّما كان الغسلُ منذ فترة أطول ، كلما كان من المتوقع ظهور المزيد من الشعر بسبب التراكم.

الفصل 26 الوحدة 3 الدرس 1
تحليل فروة الرأس

- افحص فروة الرأس لترى ما إذا كان هناك أي تقشُّر أو حكة أو احمرار أو بثور تشبه حب الشباب أو آفات أخرى.
- انظر إلى مواضع هذه الآفات على فروة الرأس (قد يساعد تحديد موضع منطقة القفا وخط الشعر الأمامي وما إلى ذلك في التحليل).
- إذا بدت لك الآفة (آفات) معدية أو تتجاوز خبرتك ، فلا تتردد في نصح عميلك بالذهاب لرؤية طبيب أمراض جلدية.
- اسأل ما إذا كان عميلك يعاني من أي ألم دوري في فروة الرأس أو الحكة. ويمكن أن تكون فروة الرأس حساسة أو مثيرة للحكة لأسباب عديدة ، لذلك من المهم التأكد من السبب المحتمل.

الفصل 26 الوحدة 3 الدرس 2
التعاطف

- أظهر للعميل أنك قلقٌ بشأن حالته. فالمرضى بشكل عام قلقون بشأن فقدان شعرهم ، وقد يؤدي هذا غالبًا إلى الاكتئاب.
- علماً أن آخر شيء يريد ان يسمعه منك عميلك هو جملة: "لا يزال لديك الكثير من الشعر ، لذلك لا تقلق". لذلك كن حريصاً بهذا الشأن.
- إن كمية الشعر التي فقدها العميل متعلقة فقط به ، وليس بالعملاء الآخرين. .
- أكّد للعيمل أنك ستقوم باستكشاف كل الاحتمالات التي من شأنها ان تكون هي سبب تساقط شعره.
- تذكر أن تساقط الشعر غالبًا ما يؤثر على جودة الحياة ، لذلك من المهم جداً أن تأخُذ مخاوف عميلك على محمل الجد.

الفصل 26 الوحدة 3 الدرس 3
اختبارات الدم

- يمكن أن تكون اختبارات الدم أداة تحليل مهمة لتوضيح سبب فقدان الشعر وبعض حالات فروة الرأس.
- إذا شعرت أن الاختبارات ضرورية ، قم بإرسال العميل إلى طبيب الرعاية الأولية الخاص به مع قائمة بالاختبارات التي تعتقد أنها ضرورية.
- اختبارات الدم المقترحة المحتملة:
  - تصوير كامل للغدة الدرقية ، بما في ذلك فحص هرمون الغدة الدرقية ، T4(هرمون الغدة الدرقية) و T3 (ثلاثي يودوثيرونين).
  - فحص الدم العام الذي يتضمن (CBC) تعداد الدم الكامل ، والحديد ، والفيريتين (مخازن الحديد) ، والترانسفيرين ، و (TIBC) إجمالي القدرة على ربط الحديد ، وفيتامين (B12)، و (ESR) معدل ترسيب كريات الدم الحمراء ، وحمض الفوليك في الدم .كل هذه الفحوصات أو بعضها يساعد الطبيب في معرفة سبب تساقط الشعر التي قد يكون ناتجاً عن فقر الدم او نقص الحديد.
  - هناك مجموعة ثانية من الاختبارات التي قد يكون اجراءها حكيماً لما فيه من افادة في تجديد المشكلة الرئيسية و من هذه الاختبارات هناك ال ANA اضداد النوى ، و هذا الاختبار مهم لتحديد وجود الذئبة أو غيرها من حالات المناعة الذاتية ، وفحص هرموني (غير الغدة الدرقية) لمعرفة ما إذا كانت هناك مشاكل في الغدة الكظرية أو الغدة النخامية.
- بالنسبة للرجال ، يجب عليك الأخذ بعين الاعتبار فحص التستوستيرون بما في ذلك التستوستيرون الحر ، ونسبة التستوستيرون الحرة ، وإجمالي التستوستيرون ، و الديهدروتستوسترون (DHT) ، و كبريتات ديهيدروبيياندروستيرون (DHEAS)، والجلوبيولين المرتبط بالهرمون الجنسي (SHBG).
- بالنسبة للنساء اللواتي يلاحظن زيادة في نمو شعر الوجه أو الجسم أو دورات الطمث غير المنتظمة ، قد يكون من الضروري طلب فحص مشابه للتستوستيرون في هذه الحالة، بالإضافة إلى بعض اختبارات الهرمونات الأنثوية مثل 17-ألفا هيدروكسي بروجسترون ، استراديول ، البرولاكتين ، (LH)هرمون لوتينيسينج ، و (FSH) هرمون تحفيز الجريب.

الفصل 26 الوحدة 4 الدرس 1
الأسئلة التي يجب طرحها

- إلى جانب أسئلة نمط الحياة والتاريخ الطبي (انظر الفصول السابقة) ، يمكن طرح الأسئلة التالية أيضًا:
- **منذ متى وأنت تفقد الشعر؟**
- غالبًا ما يحدث سبب تساقط الشعر بين أربعة وستة عشر أسبوعًا (متوسط ثلاثة أشهر) قبل رؤية تساقط الشعر. هذا لأنه عندما يدخل الشعر مرحلة التيلوجين ، فإنه عادة ما يستغرق هذا المقدار من الوقت حتى ينتقل إلى مرحلة التساقط (الخارجية).

- هل تساقط الشعر مستمر ؟

- ستوضح الإجابة على هذا السؤال ما إذا كان السبب يؤثر بشكل مستمر ، أو بشكل دوري فقط على دورة الشعر. ويمكن أن تكون التأثيرات المستمرة وراثية أو حالة صحية عامة مزمنة. ويمكن ايضاً أن يشير الفقدان الدوري للشعر إلى تأثير غذائي أو إجهاد.

- متى غسلت شعرك آخر مرة ؟

- بالعودة الى ما تم مناقشته سابقا في هذا الفصل بهذا الخصوص، فإن روتين غسل الشعر يشير إلى المقدار الذي يجب أن تتوقعه أثناء اختبار سحب الشعر، لأن تكرار الغسيل يتناسب مع مقدار تراكم الشعر.

الفصل 26
اختبار

قبل الانتقال إلى الفصل التالي، عليك أن تؤدّي الامتحان التالي وترسل إجاباتك بالبريد الالكتروني مع كتابة اسمك على الموقع:

WorldTrichology@earthlink.net **ملاحظة:**

أ(لا نعطي الامتحان علامة عن قدراتك الكتابية.

ب(كافة الامتحانات في هذا المقرر تعطى علامة ناجح/راسب فقط.

ج(إذا أخبرك أستاذ جمعية علم بحوث الشعر العالمية أن »انتقل الى الفصل التالي«، فإن ذلك يعني أنك نجحت.

- اختر أي مشكلة من مشاكل تساقط الشعر أو مشاكل فروة الرأس وناقش بإيجاز كيف ستقوم بإجراء استشارة مع عميل يعاني من هذه المشكلة.

WORLD TRICHOLOGY SOCIETY

نهاية
الفصل 26

الرجاء طلب الفصل 27

العمل كأخصائي علوم شعر معتمد
العلاجات ومتابعة العملاء