

## شرح المصطلحات

«لا تتطلب وقتاً للتعافي» - اصطلاح يستعمل في هذا الكتاب للإشارة إلى عمليات إعادة شباب الوجه التي تحدث احمراراً طفيفاً فقط أو لا تحدث أي احمرار أو إزعاج ولا تحتاج إلى مدة نقاهة. لذلك يمكن للشخص أن يخضع لهذا النوع من العمليات ويعود إلى عمله أو نشاطاته اليومية العادية مباشرة.

الإدمان على جراحة التجميل - تعبير عامي يستعمل لوصف اضطراب شوهة الجسم، وهي حالة مرضية تظهر بوضوح في شخص أجرى عدداً كبيراً من عمليات التجميل الجراحية لتصحيح تشوه خيالي أو طفيف.

الأدمة - الطبقة العميقة من الجلد تحت البشرة. وهي موضع الكلاجين (المغراء) والإيلاستين (المرنين) الضروريين لمرونة الجلد.

أدوية الستاتين - أدوية تستعمل في خفض كولسترول الدم.

إزالة السموم - العملية التي تزال فيها الذيفانات السامة من الجسم. يلعب الكبد الدور الأساسي في هذه العملية.

الإستروجين - صنف من الهرمونات الجنسية يؤثر بشكل أساسي على تطور ونضوج وعمل الجهاز التناسلي عند الأنثى.

الأشعة تحت الحمراء - ضوء طول موجته 0.7-10.6 ميكرونأ يصدر عن منبع حراري ويستعمل في أجهزة الرؤيا الليلية وكمصدر طاقة لإعادة تشكيل الكلاجين (المغراء).

الأشعة فوق البنفسجية - ضوء له طول موجة أقل من 0.4 ميكرونًا يحتل مكاناً من عند الضوء البنفسجي على الطيف الضوئي المرئي حتى قسم الأشعة السينية على الطيف الكهربائي المغناطيسي. تأتي الأشعة فوق البنفسجية من الشمس وتقسم إلى ثلاث حزم، A-B-C. الحزمة C لا تصل إلى الأرض. تؤثر الحزمة B أشد تأثير على الجلد مسببة الحروق الشمسية وتغيرات الهرم وسرطان الجلد. للحزمة A تأثير مشابه لكن أثره المؤذي للجلد أقل شدة.

الأطعمة المعالجة - أطعمة تم تعديلها عن شكلها الطبيعي بتلاعب كيميائي أو آلي أو إضافة المواد الحافظة أو مركبات أخرى.

إعادة السطح الليزرية - عملية جراحية تجميلية يستعمل فيها شعاع ليزر لاستئصال أو إزالة الجلد المتأذي من السطح ولأذية الأدمة حتى يتشكل جلد جديد - بشرة جديدة وأدمة جديدة تحتوي على كلاجين (مغراء) آدمي جديد وحتى تزال التجاعيد والأذيات الناتجة عن أشعة الشمس.

إعادة شباب الوجه - عملية إعادة الوجه إلى منظر ومظهر أكثر شباباً.

أكياس الأجفان - انتفاخ أو امتلاء الجفنين السفليين الناتج عن ضغط الشحم البارز تحت جلد الجفن السفلي.

إحاح الوقت - وجود مقدار كبير العمل يلزم إنجازه في مدة قصيرة جداً.

الإلكترونات - أخف جسيم تحت - ذري معروف. يحمل شحنة كهربائية سالبة (-).

الأنسولين - هرمون تطلقه غدة المعثكلة ( البنكرياس ) لتحطيم النشاء وإدخال السكريات إلى الخلايا، واستقلاب السكر والشحم.

الإيياس - التوقف النهائي للطمث، ناهياً خصوبة المرأة.

الإيلاستين ( المرنين ) - شكل خاص من الكلاجين ( المغراء ) يوجد في الأدمة وهو مسؤول عن مرونة الجلد.

الارتكاس المناعي الذاتي - ارتكاس يقوم فيه الجهاز المناعي للجسم بمهاجمة الجسم نفسه. التهاب المفاصل الرثياني مثال على هذا الارتكاس.

استئصال الجلد المهلhel - الاصطلاح الطبي لعملية رفع الوجه.

اضطراب شوهة الجسم - مرض نفسي يتميز بانشغال كلي وسواسي بخلل جسدي خيالي.

الالتهاب - ارتكاس خلايا الجسم للأذى ينتج عنه تحرر الهستامين ويؤدي في النهاية إلى تكاثر صانعات الليف والتندب.

الانحلال الضوئي الحراري محدد الهدف - تحطيم أهداف محددة بالحرارة الناتجة عن الطاقة الضوئية، غالباً باستعمال الليزر.

انسدال الحاجب - تدلي حاجب العين.

الانفتاق - التمزق أو الاندفاع عبر شيء.

البروتون - جسيم يماثل نواة ذرة الهيدروجين، وهو مع النيوترون المكونان الأساسيان لجميع نوى الذرات الأخرى التي تحمل عدداً من الشحنات الموجبة يساوي عددياً عدد شحنات الإلكترونات في الذرة.

### البشرة - طبقة السطح الخارجية من الجلد.

البقع البنية - بقع بنية أو صباغية على الجلد تنتج عن التعرض للشمس وعن الهرم. تسمى أيضاً بقع العمر أو بقع الكبد أو بقع الشمس.

بقع العمر - بقع صباغية (بنية اللون) على الجلد، تشاهد عند المتقدمين في العمر. تسمى أيضاً «بقع الكبد» و«بقع الشمس». تشاهد غالباً على الأيدي والوجه وهي أكثر المناطق تعرضاً للشمس. تمثل هذه البقع محاولات الجلد لحماية نفسه من الشمس بإنتاج الصباغ.

البلاعم - خلايا تستجيب للالتهاب بالهجرة إلى المناطق المتأذية وهضم وإزالة الخلايا المتأذية. حالما تزال الخلايا المتأذية فإن البلاعم تتحول إلى صانعات ليف وتنتج الكلاجين (المغراء) والنتدب.

التجاعيد - بالمفهوم المستخدم في هذا الكتاب، انخفاضات خطية أو تفضن في الجلد يترافق مع الهرم خاصة عندما توجد على جلد الوجه. العوامل التي تسهم في تشكل التجاعيد في الجلد هي أذية وضمور الكلاجين (المغراء) والإيلاستين (المرنين)، وفقدان مرونة الجلد، وضمور أو فقدان الطبقة الشحمية تحت الجلد، وشد عضلات تعبير الوجه.

التردد اللاسلكي - طاقة مشعة ذات تردد محدد، من فوق 10 ميكرونات إلى آلاف الأمتار. تستعمل في البث الإذاعي والتلفازي لكنها تستعمل أيضاً في آلات خاصة لتفتيح الجلد.

التستسترون - أقوى هرمونات الأندروجين الذكرية الموجودة بشكل طبيعي قوة تنتج الخصيتان بشكل أساسي ويؤثر في تطور ونضوج وعمل الجهاز التناسلي عند الذكر.

تشوه مجرى الدمع - خط أو مجرى يمتد من زاوية العين قرب الأنف إلى الأسفل والخارج إلى جانب الوجه عبر الخد.

تصنيع الأجنان - عملية جراحية تجميلية تجرى على الأجنان لاستئصال الجلد والشحم الزائدين بهدف إعادة المظهر الشبابي للأجنان. تعرف أيضاً باسم «رفع الجفن».

تصنيع الجفن عبر الملتحمة - عملية إعادة شباب الجفن التي تجرى عبر شق صغير على الوجه الداخلي للجفن حتى لا يترك ندبة ظاهرة على الوجه الخارجي لجلد الجفن.

التقران السافع - بقعة حرشفية جافة من الجلد المتخرش (التقران) سببها أذى الجلد بأشعة الشمس (السافع). قد تكون الآفة طليعة لسرطان الجلد.

تقشير الجلد - عملية تستأصل فيها أو تقشر الطبقات الخارجية من الجلد، عادة بتطبيق الحمض أو الليزر.

التقشير الكيميائي - عملية تطبق فيها مادة مخرشة مثل الحمض على الجلد لإزالة الطبقة الخارجية من خلايا الجلد وأذية الطبقات الأعمق من الجلد بهدف تحريضها على تشكيل كلاجين (مغراء) جديد

التقشير الليزري المجهري (مايكروليزر بيل®) - نمط سطحي من تقشير الجلد الليزري يستخدم فيه ليزر الأربيوم. يكون عمق التقشير الجلدي عادة من 20-40 ميكرونًا.

التقشير المجهري - مايكروبييل® - تقشير سطحي للجلد يجرى بكشط الجلد الميت ميكانيكياً عن الوجه باستعمال المشרט، تسمى هذه التقنية تسوية الأدمة. يطبق على الجلد بعد تسوية الأدمة محللول أحماض الألفا هيدروكسيد. عمق العملية نحو 5 ميكرونات.

التقشير - عملية إزالة الطبقات الخارجية من الجلد التي تكون ميته عادة.

توسع الشعيريات - مجموعة من الأوعية الدموية الصغيرة المتوسعة التي تظهر على شكل بقع حمراء على الجلد، غالباً حول الأنف وعلى الخدين والذقن.

التيلوميراز - الأنزيم الذي يتوسط إصلاح القسيم الانتهائي.

ثنائي المسرى المصدر للضوء - الضوء الوامض الأحمر الذي تراه في جهاز التحكم بالتلفاز وفي فرن الأمواج الدقيقة.

الثنية الأنفية الشفوية - ثنية في خد الوجه تتدلى فوق خط يمتد من خارج زاوية المنخر إلى زاوية الفم.

الثنية فوق الجفن - خط منحني على الجفن العلوي يظهر على مسافة 8-12 ميليمتراً عن الرموش.

الجدور الحرة - جزيء يحتوي على إلكترون واحد غير مزدوج (-) على الأقل. يمكن أن تسبب الجدور الحرة أذى شديداً لخلايا الجسم. تتج هذه الجدور أثناء عملية استقلاب الطعام في المتقدرات.

جراح التجميل - جراح حائز على شهادة اختصاص في جراحة التجميل التي تؤهله للقيام بعمليات جراحة التجميل.

جراحة التجميل - حقل جراحي يعترف به المجلس الأمريكي للتعليم الطبي للمتخرجين في أمريكا (والمجلس الطبي العام في بريطانيا،... إلخ) يحصل فيه المتخصص على شهادة اختصاص. يجري جراح التجميل الحائز على شهادة الاختصاص عمليات جراحية لتصحيح التشوهات الخلقية والمكتسبة للوجه و اليدين والثديين والجسم. الاسم المرادف (الجراحة البلاستيكية) مشتق من الكلمة اليونانية بلاستيك التي تعني القالب أو إعطاء الشكل.

الجزئيء - أصغر جسيم من المادة يحافظ على جميع خواص المادة ويتألف من ذرة أو أكثر.

الجلد المتأذي بالشمس - الجلد الذي تأذى بسبب التعرض طويل الأمد للشمس وينتج عن ذلك تشكل التجاعيد والبقع البنية والقران السافع وجفاف الجلد.

الجمعية الأمريكية لجراحة التجميل الجمالية - جمعية تضم جراحي التجميل الحائزين على شهادة الاختصاص ذوي الاهتمام الخاص والخبرة بجراحة التجميل الجمالية أو التجميلية.

الجمعية الأمريكية لجراحة التجميل - جمعية للجراحين المختصين في جراحة التجميل تكفل التعليم المستمر في جراحة التجميل وتطبيق المعايير المهنية والأخلاقية. شهادة الاختصاص شرط لعضوية هذه الجمعية.

الحمض الريبي النووي منقوص الأوكسجين - مركب عضوي معقد يوجد في جميع الخلايا الحية والفيروسات وهو المادة المكوّنة للمورثات.

الحمض الهيالوريني (الحمض الزجاجي) - مركب حيوي فعال مكون من السكريات المخاطية المتعددة موجود في جميع النسيج لكن يوجد أعلى تركيز له في الجنين. يوجد في الجلد وهو مسؤول عن المحتوى الرطب. ينقص بشدة مع تقدم العمر.

خضار الفصيلة الصليبية - خضار ذات بنى زهرية سميكة متطورة جزئياً وجذوع لحمية، غنية بمضادات المؤكسدات. من الأمثلة عليها القرنبيط الداكن (البروكولي) والقرنبيط الشائع.

خط الثنية الأنفية الشفوية - الخط الموجود تحت الثنية الأنفية الشفوية الناتج عن شد عضلات الابتسام.

خطوط أحمر الشفاه - خطوط عمودية في الجلد حول الشفتين تنتج عن شد عضلات تعبير الوجه وتظهر أكثر مع تقدم العمر. تزداد كثيراً عند مدخني السجائر.

خطوط الأرنب - تجاعيد عند قاعدة الأنف بين العينين تنتج عن شد عضلات التعبير في الوجه.

خطوط الابتسام - خطوط حول الفم وعلى الخدين تنتج بسبب عملية الابتسام.

خطوط الدمية المتحركة - خطوط عميقة تحت زاوية الفم تنتج عن تدلي جلد الخد عند هرم الوجه.

**خطوط العبوس -** خطوط بين الحاجبين تبرز أكثر عن العبوس وتصبح دائمة مع تقدم العمر. تنتج عن شد عضلات تعبير الوجه.

**خطوط القلق -** خطوط معترضة تمتد عبر الجبهة تعززها تعبيرات الوجه المترافقة مع القلق أو الكرب. تنتج هذه الخطوط عن شد عضلات تعبير الوجه.

**الخلايا البدينة -** خلايا تشترك في بدء الارتكاس الالتهابي. تهاجر الخلايا البدينة عند حصول أذية إلى المناطق المتأذية وتحرر مواد كيميائية مثل الهستامين الذي يبدأ الارتكاس الالتهابي.

**خلايا الصباغ -** خلايا الجلد التي تعطي الصباغ أو اللون، تسمى أيضاً الخلايا الملانينية. هذه الخلايا مسؤولة عن لون الجلد واسمراره وعن البقع البنية وبقع العمر وبقع الشمس.

**الخلايا الظهارية -** خلايا الجلد التي تشكل البشرة.

**الخلية -** أصغر وحدة بنوية للمادة الحية قادرة بمفردها على العمل بمفردها.

**داء الشرايين الإكليلية -** تجمع الصفيحات المليئة بالشمع ضمن جدران الأوعية الدموية في القلب والتي تعيق تدفق الدم إلى عضلة القلب وتسبب «الهجمات القلبية».

**الدنا، الحمض الريبي النووي منقوص الأوكسجين -** مركب عضوي معقد يوجد في جميع الخلايا الحية والفيروسات وهو المادة المكوّنة للمورثات.

الدوائر القاتمة - ظل تحت الجفن السفلي ينتج عن تغيرات الهرم تحت الجلد. كثيراً ما توصف «بالوجه المتعب».

الذرة - أصغر وحدة يمكن أن تقسم لها المادة وتبقى محافظة على الخواص المميزة للعنصر.

رخاوة الجلد - تهلل في الجلد بسبب فقدان المرونة.

رفع الحاجب - عملية جراحية تجميلية لرفع الحاجب وإعادة المظهر الشبابي للجبهة والعينين.

رفع العلم الأحمر - تحذير ينم عادة على خط محقق، ترفع الأعلام الحمراء على سبيل المثال في المناطق الساحلية للتحذير من اقتراب إعصار.

رفع الوجه - عملية جراحية تجميلية لشد أو رفع جلد الوجه وإعادة المظهر الشبابي للوجه.

الريتين<sup>®</sup> A - مادة ريتينويدية تستعمل كمحلول موضعي جلدي لتحريض تشكيل خلايا جديدة من قبل البشرة وإنتاج كلاجين (مغراء) جديد في الأدمة.

الريتينويدات - صنف من أدوية الجلد الموضعية مشتق من الفيتامين A يستعمل في علاج العد والصداف والأذى الناتج عن الشمس وفي هرم الوجه. هذه أدوية تحل القرنين مما يعني أنها تزيل مادة القرنين وهي مادة مركبة موجودة في خلايا الجلد السطحية.

الريتينولات - ريتينويد يشكل طليعة للتريتينوين (الريتين A).  
الريتينولات ليست بقوة التريتينوين ويمكن أن تستعمل عند المرضى ذوي  
الجلد الحساس.

سحج الأدمة المجهري - تقشير جلد «لا يتطلب وقتاً للتعايف» يجري  
بسحج سطح الجلد بجهاز يمرر جزئيات السيلكون عبر الجلد الذي يمسكه  
الجهاز بإحكام عن طريق الشفط. عمق التقشير عادة 8 ميكرونات.  
سرطان الجلد - سرطان ينشأ في الجلد.

سرطانة الخلية القاعدية - سرطان جلد ينشأ من الطبقة القاعدية  
(الطبقة العميقة) للبشرة. هذا السرطان أكثر شيوعاً في المناطق المعرضة  
للشمس عند الأشخاص الأقل مقاومة وراثياً للشمس، أي الأشخاص ذوي  
البشرة الفاتحة.

السرطانة الوسفية - سرطان جلد يتشكل من الخلايا الظهارية للجلد.  
السكتة الدماغية - مرض طبي سببه فقدان التروية الدموية للدماغ  
يمكن أن يؤدي إلى الشلل والأعراض العصبية الأخرى والوفاة.

السيبتوكينات - رسائل كيميائية تتحرر في الجسم بعد أذية الخلية  
تجذب العناصر من التيار الدموي لبدء الارتكاس الالتهابي.

شرايط العضلة الجلدية للعنق - شرايط أو ثنيات جلدية تتدلى تحت  
الذقن، ممتدة من الذقن إلى الأسفل في الرقبة.

صانعات الليف - خلايا متخصصة في الجسم لها القدرة على صنع  
الكلاجين (المغراء). هذه الخلية هي الخلية الأساسية في تشكل الندبة.

## الضمور - تلاشي أو فقدان الشيء

الضوء النابض القوي - ضوء يطلقه مصباح وامض في جهاز عبر عدة مصممة بالسماح بمرور أطوال موجات علاجية من الضوء تستعمل لإزالة الصباغ والأوعية الدموية وتحريض تشكل كلاجين (مغراء) جديد في الجلد.

الطب البديل - طرق علاجية كثيرة التنوع لا تستعمل الطب التقليدي الغربي. يسمى أيضاً «بالطب المكمل».

الطبيب الحائز على شهادة البورد - طبيب أتم بنجاح برنامج تمرين للمقيمين والامتحان المؤهل في أي اختصاص طبي أو جراحي يعترف به المجلس الأمريكي للتعليم الطبي للمتخرجين

العدّ الوردي - مرض جلدي يظهر على شكل تورّد زهري أو أحمر وأوعية دموية في جلد الوجه حول الأنف وعلى الخدين.

عسر الأمعاء الحيوي - عدم توازن النبيت الجرثومي الطبيعي في الأمعاء الغليظة بسبب تناول المضادات الحيوية الموجودة في كل من الأدوية الموصوفة والطعام.

عضلات تعبير الوجه - عضلات الوجه المسؤولة عن تعبيرات الوجه في أفعال مثل الابتسام والعبوس والبكاء وغيرها. مع حصول هرم الوجه يشكل شد هذه العضلات تجاعيد أو خطوط الوجه التي تسمى خطوط تعبيرات الوجه.

العناصر المبيضة - محاليل موضعية تطبق على الجلد حيث تبيض أو تفتح لون المناطق الصبغية بنية اللون.

العناصر الموضعية - أدوية تطبق مباشرة على الجلد على عكس الأدوية التي تؤخذ داخلاً عن طرق الفم.

عوز الخمائر الهاضمة - حالة مرضية يسبب فيها الهضم غير الكافي للطعام عمل الطعام المهضوم جزئياً كبروتين غريب يحرض ارتكاساً مناعياً.

الغشاء الخلوي - طبقة رقيقة تشكل الحدود الخارجية للخلية الحية.

الغلسرة - ارتباط الغلوكوز أو جزيء سكري إلى بروتين، مسبباً أذى وتعطيل عمل البروتين.

فقدان المرونة - فشل الجلد في العودة إلى شكله الطبيعي بعد الشد أو التمطيط.

الفيتامين - أحد عناصر مجموعة من المواد العضوية الضرورية للاستقلاب الطبيعي الموجودة بكميات ضئيلة في الأطعمة. يمكن أن يسبب العوز الكبير في لبعض الفيتامينات أمراضاً طبية خطيرة.

الفيتامينات المضادة للمؤكسدات - فيتامينات تمنع الأكسدة عن طريق كس أو إزالة الجذور الحرة.

قدم الغراب - خطوط حول الحافة الخارجية للجنف تتشكل أثناء هرم الوجه. تنتج عن شد عضلات التعبير في الوجه.

القسيم الانتهائي - القسم النهائي من الصبغ الذي يتحكم بعدد المرات التي يمكن أن تنقسم بها الخلية.

ليزر الأربيوم - ليزر طول موجته 2.94 ميكرونًا يستعمل في إعادة السطح الليزرية للوجه.

الليزر - جهاز مصمم لإطلاق شعاع قوي من الضوء وحيد اللون وملتحم. يعني الليزر «التضخيم الضوئي بالابتعاث المحرّض للأشعة». تشحن طاقة، كهربائية عادة، أنبوباً يحتوي على الغاز. تجبر الطاقة الكهربائية الإلكترونات على التحرر من ذرات الغاز في الأنبوب، وتسرع الإلكترونات بالاصطدام بمرايا ضمن الأنبوب، وتحرر من الأنبوب على شكل أشعة ضوئية قوية.

المالئات - مواد صناعية أو مصنوعة تحقن في الجلد «لتسمين» أو ملء الانخفاضات أو التجاعيد الموجودة في الوجه والناطقة عن الهرم.

مايكروبييل® (التقشير المجهري) - تقشير سطحي للجلد يجري بكشط الجلد الميت ميكانيكياً عن الوجه باستعمال المشرط، تسمى هذه التقنية تسوية الأدمة. يطبق على الجلد بعد تسوية الأدمة محلول أحماض الألفا هيدروكسيد. عمق العملية حوالي 5 ميكرونات.

مايكروليزر بييل® (التقشير الليزري المجهري) - نمط سطحي من تقشير الجلد الليزري يستخدم فيه ليزر الأربيوم. يكون عمق التقشير الجلدي عادة من 20 - 40 ميكرونًا.

المتقدرة - بنية صغيرة في هبولى الخلية مسؤولة عن إنتاج الطاقة في الخلية من استقلاب الطعام. تتحرر جذور حرة خلال هذه العملية.

المجلس الأمريكي للتعليم الطبي للمتخرجين - منظمة تنظم وتشرف على برامج تدريب المقيمين في مختلف الاختصاصات الطبية والجراحية بعد التخرج في كلية الطب في الولايات المتحدة الأمريكية

المران الشمسي - تشخيص تشريحي مرضي يتم بالفحص المجهرى للجلد يبدو على شكل تجمع لألياف الإيلاستين (المرنين) في الطبقات العميقة من الأدمة. تنتج هذه الحالة بسبب أذية كلاجين (مغراء) وإيلاستين (مرنين) الأدمة بالأشعة فوق البنفسجية للشمس وبسبب الهرم.

المرنين (الإيلاستين) - شكل خاص من الكلاجين (المغراء) يوجد في الأدمة وهو مسؤول عن مرونة الجلد.

المرونة - قدرة الجلد على العودة لشكله الأصلي بعد الشد أو التمطيط.

المستحضرات الجلدية - مصلح يستعمل للإشارة إلى المحاليل المطبقة على الجلد بهدف الحصول على فعل دوائى.

مشروع الخريطة الوراثية البشرية - مشروع أبحاث مصمم لرسم خريطة المورثات وتعيين أمكنتها على الصبغيات البشرية. سوف يساعد تحدد بنية المورثات البشرية العلماء على صنع المورثات وإدخالها في الخلايا غير السليمة وتصحيح التشوهات الوراثية التي تسبب الأمراض مثل الداء السكري.

مضاد المؤكسدات - أي مركب أو عنصر يمنع الأكسدة الناتجة عن الجذور الحرة.

المعالجة الاستبدالية للهرمونات - معالجة لاستبدال هرمون الإستروجين بعد سن الإياس.

المعالجة غير الاستئصالية - اصطلاح يستعمل في هذا الكتاب لوصف معالجات إعادة شباب الوجه التي لا تستأصل أو تزيل الطبقة السطحية من الجلد، أي البشرة، وبذلك لا تحدث جرحاً مفتوحاً يحتاج إلى عناية بعد الجراحة.

المعلومات التجارية - إعلانات تزعم أنها تقدم معلومات تعليمية محايدة لكنها في الحقيقة إعلانات مصممة لتحريض المستهلك على شراء المنتج.

المقيم - طبيب مقيم في مستشفى بهدف التدريب السريري. كان المقيمون في السابق يعيشون فعلاً في المستشفيات. لكنهم يعيشون الآن في بيوتهم وينامون في المستشفيات فقط في أيام المناوبة الليلية إذا كانت حاجة المرضى تدعو إلى ذلك.

الميلاتونين - هرمون تفرزه الغدة الصنوبرية في الدماغ يتحكم بدارة النوم-اليقظة. يعتقد أن لهذا الهرمون خواصاً مضادة للهرم.

المورثة - مركب مكوّن من الحمض الريبي النووي منقوص الأوكسجين (الدنا) يوجد في الصبغيات في نواة الخلية ويحدد الصفات المورثة. تقوم المورثات بعملها عن طريق التحكم بالآلية الجزيئية للخلية.

الميكرون - وحدة قياس تعادل واحد من ألف من المليمتر أو واحد من مليون من المتر.

الندبة - نسيج ليفي يحل مكان النسيج الطبيعي نتيجة أذية أو مرض.  
النشويات المكررة - سكريات مثل السكر والطحين عدلت كيميائياً أو ميكانيكياً أو عولجت لتغيير شكلها عن حالتها الطبيعية.

نقل الشحم - عملية جراحية تجميلية يستأصل فيها الشحم من مكان في الجسم ويزرع جراحياً في مكان آخر من الجسم. تستعمل هذه العملية غالباً لملء الانخفاضات أو الخطوط الموجودة في الوجه والناطقة عن الهرم.

نمط الجلد - صفات الجلد المحددة وراثياً بما في ذلك اللون والسُمك وقابلية الاحتراق بالشمس وبترافق مع صفات الشعر ولون العينين.

الهجمة القلبية - أذية العضلة القلبية الناتجة عن تعطل تدفق الدم إلى القلب. الأعراض الوصفية هي حدوث ألم صدري. يمكن أن تكون الهجمة القلبية قاتلة.

الهرم الخارجي - تغيرات الهرم التي تهيئ لها أو تسببها عوامل من خارج الجسم.

الهرم الداخلي - هرم الجسم الناتج عن عوامل داخلية أو موروثية في الجسم.

هرمون الدرق - هرمون تنتجه الغدة الدرقية له تأثير كبير على معدل الاستقلاب في الجسم.

**هرمون النمو البشري** - هرمون مسؤول عن النمو والتطور عند البشر. تنخفض مستويات الهرمون مع تقدم العمر وتترافق تصحيح عوز هذا الهرمون مع آثار واضحة مضادة للهرم.

**الهستامين** - مادة كيميائية تحررها الخلايا البدينة أثناء الارتكاس الالتهابي. ارتكاس الجسم تجاه الهستامين هو توسع في الأوعية الدموية بسبب احمرار الجلد وانهمار دمع العينين، وسيلان الانف، كثيراً ما يطلق عليه الارتكاس الأرجي.

**هيئة البورد الأمريكي لجراحة التجميل** - منظمة تمنح شهادة الاختصاص في جراحة التجميل وتشرف على ممارسة الاختصاص.

**الورم الميلاني** - شكل خبيث من سرطانات الجلد ينشأ من خلايا الصباغ في الجلد. يزيد التعرض الزائد للشمس خاصة عند الأطفال ذوي البشرة الفاتحة إلى تشكل هذا السرطان في مرحلة لاحقة من العمر.

**وسادة الشحم الوجنية** - وسادة من الشحم توجد عند الشباب في أعلى الخد فوق عظم الوجنة وهي مسؤولة عند الأطفال على مظهر الخدين المكتنز. تهبط الوسادة الشحمية مع تقدم العمر وفقدان المرونة تاركة غوراً في مكانها الأصلي. يسهم الغؤور في حصول تشوه مجرى الدمع.