

## الجديد في عالم الريجيم يقدم لحواء خمس طرق للتخلص من السمنة الورمية الناتجة عن التهاب الانسجة ( ١ )

### الحالة الأولى :

انت تريدین تغيير شكل بعض المناطق في جسمك ، والتخلص نهائيا من النساج ، إن جلدك متمدد ، قليل الليونة ، وفيه خطوط بيضاء . كما أن منطقة النساج محددة لديك بوضوح .

□ في هذه الحال اعتمدی العلاج بالموجات فوق الصوتية ، وهي من أحدث الطرق في هذا المجال ، إذ تعمل على إذابة الدهون المتراكمة بفضل الطاقة التي تصدر عن الموجات فوق الصوتية .

وبعد حقن المريضة ببنج موضعی ، تجرى عملية إذابة الشحوم بواسطة السابر التيتاني الذي يمتد الموجات داخل المناطق الشحمية ، دون المساس بالعروق والشرايين أو الأعصاب أو القنوات اللمفاوية ، مما يخفف من النتائج الجراحية للعملية ، ويترك آثار خفيفة تزول بسرعة بعد العملية .

إن هذه الطريقة مثالية للمناطق الحساسة ( وراء وداخل الافخاذ ، وحولى وخلف الركبة ) كما أنها تصحح أخطاء الشفط التي قد تترك آثاراً تشبه قشر الليمون . وبالطبع ، فهذه العملية ليست سحرية ، لذلك يجب الانتظار ما بين الثلاثة والأربعة أشهر للحصول على نتائج جمالية نهائية ودائمة .

### الحالة الثانية :

انك تفضلين التخلص من النساج بدون عملية جراحية وانساج لديك معمم

---

« ١ » النساج التهاب الانسجة - cellulitis وهو نوع من انواع السمنة الورمية يصيب النساء عادة ويوجد ايضا في حوالي ٣٠٪ من الرجال المصابين بالسمنة .

بشكل قشر الليمون . كما ان جلدك ليس مرنا في هذه الحالة من الضروري القيام بعدة جلسات واعتماد طريقة جديدة هي « الاولترسونو ليو لايز » Ultraonolipolysis وتقضى هذه الطريقة باستعمال مفعول الموجات فوق الصوتية التي سبق ان اعطت نتائج جيدة في الجراحة ولكن بدون القيام بعمليات جراحية .

وتعتمد هنا طريقة تدعى العلاج الكهربائي بذبذبات الموجات فوق الصوتية وبوضوح اكثر ، يتم ادخال ابر رفيعة جدا في المناطق الشحمية ، ثم يلصق الطبيب عدة باثات فوق صوتية ( بقطر ٥ سم ) فوق المناطق الواجب علاجها . ثم يقوم مولد ، هو « الاولتراسيللز » بتشغيلها فتعرض الخلايا الشحمية المحشورة بين الابر الكهربائية وباثات الموجات فوق الصوتية الى اهتزازات قوية مما ( يفجر ) غطاء الخلايا ، ويسمح بسحب الدهون بسرعة وسهولة .

ولكى تؤدي هذه الطريقة الى نتائج مماثلة للطريقة الاولى فمن الضروري القيام بعدة جلسات للوصول الى النتيجة المرجوة .

وهذه الطريقة لا تسمح بمعالجة التهاب الانسجة الهام المسمى « لياس الخليل » والتي تظهر عادة في المؤخرة وتظهر فاعليتها في علاج النساج السطحي ومن الضروري اجراء من ٨ الى ١٢ جلسة ، بمعدل ٢ الى ٣ جلسات اسبوعيا ، وتلوم كل منها حوالي النصف ساعة .

### الحالة الثالثة :

انت تشكين من نساخ هام ومركز كما ان جلدك مرن ومن نوعية جيدة ، وتريدين اجراء تغيير واضح في شكلك ، لذلك فإن افضل طريقة لك في هذه الحالة هي اجراء عملية الشفط الجراحية .

حيث يقوم الجراح بعمل شق صغير في الجلد ، على مستوى ثنية طبيعية ، ثم يدخل به انبوبا بقطر سنتيمتر واحد تقريبا يكون متصلا بشفاط جراحى ، ثم يقوم الجراح « بفصل » الخلايا الشحمية عن بعضها بطريقة الاخذ والرد بواسطة الانبوب ويعمل على شفطها .

تجرى العملية بعد التبنيج الموضعى وتتطلب اقامة لمدة ٤٨ ساعة في المستشفى .

وينصح باجراء هذه العملية في حالات السمنة المركزة في مناطق معينة وواضحة علما بأن نتيجتها تكون نهائية .. ولكن الجلد قد يأخذ شكلا قبيحا متموجا اذا لم يكن مرنا أو ما يسمى « بالواح التوتياء » أو اذا كان الجراح قليل الخبرة ، اذ يكفي ان يبقى هذا الاخير مسيرة في منطقة ما اكبر من غيرها حتى يحدث الاختلاف .

ولتلافى عيوب هذه الطريقة فهناك طريقة اخرى تقضى باستعمال « الليبوجيت » وهو عبارة عن محقنة تقوم بابتلاع الشحم المتراكم يبلغ طولها حوالي ١٥ سم وهى مزودة بانبوب صغير جدا ، ويعمد الطبيب الى ادخاله تحت الجلد ، ثم يقوم باجراء عدة شقوق صغيرة ( من ١ الى ٢ مم ) حسب حاجة المريضة وحسب موضع النساج .

كما ان تشغيل المحقنة خفيف جدا ، ويسمح بتحاشى عملية الاخذ والرد ، وبالتالي تحاشى التموجات فوق الجلد .

والفيد حقا في هذه العملية انها لا تتطلب البقاء في المستشفى كما ان الجروح غير مرئية تقريبا .

#### الحالة الرابعة :

شكواك من سمنة عامة وتريدين تحسين شكل بشرتك الذى يشبه قشر الليمون .. ان النتائج هنا ليست نهائية . ومن الضرورى القيام بعدة جلسات لذلك فإن الطرق الكهربائية ضرورية في حالة كحالتك وهى غير مؤلمة اذ يستعمل التيار الكهربائى لتذويب وتخليص الخلايا الدهنية بواسطة ابر صغيرة توصل تيارا كهربائيا تختلف قوته حسب الطلب ومن الضرورى هنا القيام بعدة جلسات ، ولكن النتائج ليست نهائية .

وهناك طريقة اخرى تقضى بمحقن المناطق الشحمية بمواد كيميائية ، وهى طريقة فعالة ، لكن يجب التأكد من عدم الاصابة بالحساسية لان بعض هذه المواد قد يسبب الحساسية .

#### الحالة الخامسة :

انت ناعمة وسمتلك حديثه ، وتريدين تقوية بشرتك ، وتحسين دورتك

الدموية ، النتائج المتوخاه هنا ليست نهائية ، ولذا فمن الضروري القيام بعدة جلسات .

في هذه الحالة ينصحك بالقيام بعمل « تديلكات متخصصة » وهي طريقة مريحة ومفيدة اذا قامت بها أيد متخصصة ومدربة ، وخصوصا عند عدم القيام بتمارين دائمة .

كما يمكنك ايضا الاعتماد ايضا على « الاوسموز الكهربائي » وهي طريقة تسمح بادخال بعض المواد الفعالة تحت الجلد كهربيا ، وبدون ألم والنتائج في كل الحالات ، جيدة وبدون ألم والنتائج في كل الحالات ، جيدة لكنها ليست نهائية وهي تتطلب عدة جلسات .

هذه هي الطرق الخمس التي اختارها لك « الجلديد في عالم الريجيم » للتخلص من الزوائد الشحمية المركزة « النساج » وهي غير مشكلة السمنة .

ويبقى عليك سيدتي ان تختارى الطريقة التي تناسب مع حالتك ، وبالطبع نحن ننصح بالقيام قدر الامكان باكرا ، وبالتمارين الرياضية خصوصا المشى ، والركض ، والرياضات المنزلية بالالات الخاصة والتحاشى تزايد النساج ، ولا شك ان الوقاية تزايد النساج ولا شك ان الوقاية المدروسة هي خير وسيلة للتخلص من النساج او تراكم الشحم الزائد عند حواء .