

مايجب أن تعرفه عن جراحة التجميل

د فؤاد محمد غريب
أستاذ جراحة التجميل



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مقدمة

لم يحظ أي تخصص في الطب باختلاف في الرأي بقدر ما حظي به تخصص جراحة التجميل وذلك لحدائته وإشتماله علي عمليات مثيرة للجدل من الناحية الإجتماعية والدينية. وقد ساعد علي ذلك عدم توافر المعلومات الكافية عن جراحة التجميل باللغة العربية لعامة الشعب لإنشغال أطباء جراحة التجميل عن إصدار الكتيبات والنشرات التي تبين طبيعة العمليات وكيفية إجرائها, وهو الإجراء المتبع في دول العالم المتحضر. وسواء تم إستغلال جهل العامة بقصد أو بدون قصد في إجراء جراحات غير ضرورية أو غير مضمونة النتيجة فالنتيجة واحدة وهي ضرر جسماني ومادي للمريض وفقدان لمصادقية التخصص وللطبيب.

ومن المتفق عليه في جراحة التجميل أن لكل مريض عملية مناسبة له لاتكون مناسبة لمريض آخر حتي ولو شابته العلة لإختلاف الطبيعة الجسمانية والنفسية والإجتماعية لكل إنسان. ومما زاد الجدل هو ظهور مراكز جراحات التجميل التي لاتبغى غير الربح السريع وقد أجتذبت عدد كبير من المرضى وخاصة ذوي الدخل المحدود بالإعلان في الصحف والمجلات وأستعانو بأطباء غير مسجلين في جمعية جراحة التجميل والإصلاح المصرية و لايمتلكون للأسف الخبرة الكافية لإجراء هذه الجراحات مما تسبب في حدوث مضاعفات كثيرة , وتم إغلاق هذه المراكز عدة مرات ثم يتم إعادة فتحها مرة أخرى بعد تغيير أسمها . وقد أضحكني بقدر ماأحزنني إعلان لأحد هذه المراكز يعلن فيه عن إستعداده لعلاج الحالات التي أصيبت بمضاعفات نتيجة إجراء جراحات تجميلية في أماكن أخرى وشر البلية مايضحك!!.

وفي زيارة لي لمستشفى مايو كلينيك بالولايات المتحدة أدهشني وجود عدد كبير من الكتيبات والنشرات الملونة الفاخرة الطباعة التي تقوم بوصف الإجراء الجراحي والمضاعفات المحتملة بطريقة مبسطة ونذيهة في نفس الوقت , وقد إزداد إعجابي عندما علمت بأن إصدار هذه المنشورات تم بمعرفة جمعية جراحة التجميل والإصلاح الأمريكية وتوزع بجميع المستشفيات والعيادات .

ويجب أن أنوه أن مأنوى أن أكتبه في هذا الكتاب يختلف عما يجده الباحث على شبكة الأنترنت من معلومات حيث أن الأخيرة يقصد بها الدعاية وليس الوصف الدقيق الذي أنوى أن أقوم به في هذا الكتاب وهو وصفا أكاديميا لأبغى به دعاية للتخصص أو لنفسى .

ومن العجيب أنني أجد صعوبة في شرح الطرق المختلفة للعلاج والإجراء الجراحي المقترح والمضاعفات المحتملة لهذا الأجراء مع معظم المرضى , فتارة يقوم مريض بالتسال : وهل يعني هذا أن العملية غير مضمونة؟ ولماذا لم تحدث هذه المضاعفات في مرضي آخرين يعرفهم !وتارة يسأل لماذا لم يتم إخباره بهذه المضاعفات بواسطة أطباء آخرين أستشارهم في نفس المشكلة ! وكأنني الطبيب الوحيد المنوط به حدوث هذه المضاعفات !! .

(لكل عملية مضاعفات محتملة) هذه حقيقة وإخفاء هذه الحقيقة عن المريض يضر بالمريض والطبيب معا وأنتى أثق أنه لو أخبر الطبيب مرضاه بالحقائق الكاملة لكان ذلك شافعا له عند حدوث المضاعفات ولأشرك المريض معه كمسئول في إتخاذ قرار الجراحة وفي تحمل نتائجها . ويحضرني في هذا المقام حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم :

(من عامل الناس فلم يظلمهم وحدثهم فلم يكذبهم ووعدهم فلم يخلفهم فهو ممن كملت مروءته وظهرت عدالته ووجبت أخوته)
صدق رسول الله (صلى الله عليه وسلم) .

ومن العجيب إن علم جراحة التجميل لا يدرس بالدرجة الكافية لطلبة كليات الطب و يتم التدريب عليه للأطباء المتخصصين فقط مما قل من درجة الوعي العام بهذا الفرع المهم من فروع الطب وأصبح هذا التخصص مرتعا للغش والخداع . و لقد رأيت أنه لو تم وصف هذه العمليات في كتاب موضحا فيه بالصور كيفية إجراء الجراحات التجميلية المختلفة و النتائج المنتظرة و المضاعفات المحتملة لأصبح المريض أكثر معرفة بما قد يخفي عليه و يحرص بعض ضعاف النفوس علي إخفاءه عنه طمعا في كسب سريع .

وسوف أستعين ببعض الرسوم التوضيحية لتوضيح العمليات والنتائج , اما الصور الحقيقية للمرضي فسوف أحرص علي أن تكون من البومي الخاص الذي يحوي علي صور مرضاي.

وسوف أخالف العرف العام بأن أضع الفهرست في المقدمة ليتسني لمن يبحث عن عملية أو مرض يعينه الوصول بسهولة أكثر.

وجراحة التجميل تنقسم إلي قسمين رئيسيين أولهما وأكثرهما شيوعا هو الجراحة التكميلية (وهي إعادة بناء الأجزاء التالفة) والثاني هو جراحة تجميل الوجه والجسم (وهي تحسين شكل الأجزاء المختلفة من الوجه والجسم لزيادة الجمال) .

وبخلاف التخصصات الجراحية الأخرى التي تتميز بالتخصص المعرفي بعضو واحد أو عدة أعضاء من الناحية التشريحية والوظيفية والمرضية مثل جراحة الأنف والأذن والحنجرة وجراحة المخ والأعصاب و جراحة العظام , فإن جراحة التجميل لا يجمعها عضو واحد بل يجمعها (منهج علاجي واحد) وهو إصلاح أنسجة الأجزاء المختلفة من الجسم أو إعادة بنائها بطريقة تجميلية , ولذلك فإن جراحة التجميل تهتم بتحسين نوعية الحياة بقدر إهتمامها بالحفاظ علي الحياة نفسها .

1- الجراحة التكميلية:

علي سبيل المثال لو أصيب مريض بورم بالوجه فإن إستئصال الورم يؤدي إلي تشوه شديد بالوجه يترك المريض بحالة نفسية سيئة تؤثر علي عمله وحياته العائلية والإجتماعية ووظيفة جراح التجميل هي الإعتناء بإصلاح أو إعادة بناء الجزء المستأصل من الوجه بطريقة جيدة تحول دون حدوث تشوه وذلك بإتخاذ حيل وأساليب مختلفة كالوصول للورم بإستعمال جروح في مناطق مختفية عن الأنظار أو أستعمال شرائح جلدية من مناطق مختلفة لإعادة بناء هذا الجزء. كما يتم علاج التشوهات التي تحدث نتيجة الحوادث والحروق بنفس الطريقة.

ويمكن القياس علي ذلك بالنسبة لباقي أعضاء الجسم كاليد والساقين والثدي وجدار البطن وكذلك علاج الحروق وتشوهاتها والتي تصيب أي جزء من الجسم. كما تشمل جراحات إصلاح العيوب الخلقية عند الأطفال كالشفة الأرنبية والأذن الخفائية وخلافه من العيوب الظاهرة بالوجه والجسم. ويهتم جراح التجميل أيضا بالإستعادة الوظيفية للأجزاء المختلفة مثل أوتار اليد والأعصاب كالعصب الخامس الذي يقوم بتحريك عضلات الوجه.

2- جراحة تجميل الوجه والجسم:

الجمال هبة من الله – سبحانه وتعالى- يمن بها علي من يشاء من خلقه ولكن تعريف الجمال مستحيل لأنه شئ حسي يحس به الرائي ولا يمكن وصفه أو تعريفه فما يراه شخص جميلا قد يراه الأخر غير ذلك , ويختلف الذوق الجمالي باختلاف البيئة والزمن ولكنه يمكننا القول بانه هناك حد لهذا الإختلاف يقع علي أحدي جانبيه ما هو قبيح صريح وعلي الجانب الأخر ما هو جميل صريح و لا يمكن الأختلاف بشأنهما من شخص لأخر. ولاشك أن ملامح الوجه هي السفير الأول للجمال , والوجه الجميل يتميز بتناسق احجام وأشكال أجزاءه المختلفة بالإضافة لحالة ولون جلد الوجه. كما أن تأثير الزمن على وجه الأنسان و مما يترتب عليه من ترهل بجلد الوجه والرقبة وإنتفاخ العينين ووجود التجاعيد ليس بالشئ المحبب خاصة بعد إنقطاع الدورة عند النساء.

ويمكن تجميل الوجه بنجاح بإجراء عمليات تجميل الأنف والجفون وشد الوجه وحقن الدهون وتجميل عظام الفكين لزيادة الشعور بالجمال . كما أنه يمكن علاج عيوب القوام مثل ترهل البطن وعيوب الثدي والسمنة بالأجزاء المختلفة بالجسم بعمليات مختلفة ناجحة. لاشك أن جراحة التجميل عمل إنساني من الدرجة الأولى فجراح التجميل يبذل أقصى جهده لإنقاذ مريض محروق بمستشفى جامعي أو مستشفى عام مجاني ويقوم بإجراء جراحات عديدة لمنع وإصلاح تشوهات هذه الحروق , و يشتهر جراح التجميل بالصبر في العمليات الجراحية الطويلة التي تمتد لساعات كثيرة لإعادة زرع يد مبتورة لعامل بسيط أو إعادة بناء أي جزء من الجسم بإستعمال الجراحة الميكروسكوبية.

وعلي نفس القدر فإن تجميل الأنف قد يعين شابة جامعية أو امرأة عاملة علي التخلص من نظرات الإستغراب والتهكم ويمكنهما من إستعادة حياتهما الإجتماعية والعملية بثقة أكثر , وقد رأيت من بعض الأصدقاء من ينتقد مثل هذه العملية ثم يأتي بعد حين يطلب إجراء الجراحة لإبنته مما رآه من تعاستها بأنف كبير غير متناسق مع وجها.

وعمليات التجميل والتجميل هما وجهين لعملة واحدة, حيث أن التقنية الجراحية واحدة فتارة تستخدم عملية تجميلية لتحقيق هدف تكميلي والعكس صحيح , فمثلا يستخدم شد الوجه لعلاج التشوه الناتج من شلل العصب السابع وشفط الدهون لعلاج الأم مفصل الركب وقد تستخدم التقنية الجراحية لجراحات إصلاح الوجه والفكين لتجميل الوجه وهلم جرا.

لمن تذهب لإجراء جراحة التجميل؟:

جراحو التجميل هم المتخصصون فى إجراء مثل هذه الجراحات ويمكنك التأكد من ذلك من الجراح نفسه حيث يمكن أن ترى شهادة إستشارى جراحة تجميل صادرة من نقابة الأطباء و تصدر لأعضاء جمعية جراحى التجميل والإصلاح المصرية كما يمكن الدخول على موقع الجمعية والتأكد من إدراج إسم الجراح بالجمعية وعنوان الموقع هو :

www.esprs.com

ويمكنك إختيار الجراح الأقرب لمكانك من نفس الموقع حيث يمكن الإستدلال على عنوانه ورقم تليفونه .

المسلسل	الصفحة	العمليات
1		تجميل الأنف
2		تجميل الجفون
3		شد الوجه والرقبة وحقن الدهون والخيوط الشادة
4		حقن الوجه بالبوتوكس والمواد المألنة
5		علاج البشرة بالسنفرة و التقشير الكيميائي والليزر والميزوثيرابي والكريمات
6		زرع الشعر
7		تجميل الثدي (التصغير والتكبير والرفع)
8		شد البطن و شفت الدهون من الأماكن المختلفة (تشكيل القوام)
9		إصلاح الشفة الأرنبية وسقف الحلق بالأطفال
10		إصلاح الأذن الخفائية (البارزة) بالأطفال
11		إصلاح العيوب الخلقية بعظام الوجه والفكين والجمجمة بالأطفال
12		إصلاح الإحليل بالعضو التناسلي للأطفال
13		علاج الأورام الدموية والوحمات للأطفال
14		إصلاح كسور عظام الوجه والفكين نتيجة الحوادث
15		إعادة بناء أجزاء الوجه المختلفة بعد إستئصال الأورام والحوادث
16		إعادة بناء الثدي بعد الإستئصال
17		إصلاح اليد (العيوب الخلقية وإصابات الأوتار والأعصاب وإعادة زرع اليد)
18		علاج الشلل النصفي للوجه (إصابة العصب السابع)
19		علاج مرض داء الفيل (تورم الساقين)
20		علاج الحروق وتشوهاتها المختلفة
21		دراسة للحالة النفسية لمرضى جراحة التجميل
22		إقرار طلب الجراحة

1- عمليات تجميل الأنف

الأنف هو الجزء الأكثر بروزا بالوجه وهو كذلك الأكثر إستحوذاً على نظر الرائي ويشكل الأنف عاملاً مهماً في إظهار الجمال والإحساس به ولذلك تحرص جميع الفنانات على إجراء هذه العملية حيث لا يمكن إخفاء عيوبه بالماكياج وكذلك لأنه يشكل الجزء الأكثر أهمية في المنظر الجانبي المعروف بالبروفيل.

ويختلف شكل الأنف من جنس لآخر حيث ينقسم إلى 3 أشكال رئيسية : الأنف القوقازي (الأوروبي) والمنغولي (الآسيوي) والأفريقي ويؤدى هذا الإختلاف وظيفة ذات أهمية قصوى حيث يحتاج الشخص الأوروبي الذى يعيش فى الجو البارد إلى الأنف الصغير ذو فتحتين ضيقتين لإدخال كمية قليلة من الهواء حتى يمكن تدفئته داخل الأنف قبل الدخول للشعب الهوائية والرئة حتى لا يصاب الشخص بالبرد والعكس صحيح فى الأنف الأفريقي الذى يتميز بإتساع فتحتى الأنف وقصر الطول و كبر العرض لنفس الغرض (ص1). وتقع الأنف المصرية وسطا بين هذين النوعين كما أثبتت القياسات الفعلية وبالأشعة علي عينة كبيرة من الأشخاص فى دراسة لى سنة 1986 . ومع إنتشار الثقافة الأوروبية تغلبت معايير الجمال الأوروبية على غيرها فأصبح الأنف الأوروبي هو رمز الجمال وهو مالا يجب أن ينصاع له أطباء التجميل على حساب الوظيفة والسمات العامة لكل صنف من أصناف الجنس البشرى.

ويختلف شكل الأنف فى الأنثى عنه فى الرجل , ويمكن للقارئ أن يجرى هذا الإختبار بنفسه على الرسم التوضيحي (ص2) , فهل يمكنك التعرف على أى منهما الرجل وأيها الأنثى ؟

نعم أعتقد أن معظمنا يمكنه أن يعرف أن الرسم أ هو الرجل و الرسم ب هو الأنثى , كيف يحدث هذا بالرغم من عدم وجود مايدل على النوع كالشئب والدقن وغيره فى هذا الرسم البسيط!!! لقد تم التعرف على ذلك لأن أنف المرأة أكثر رقة, فالطول أقصر والأنف مقعر للداخل وطرف الأنف أكثر علوا وهذه هى السمات الأنثوية للأنف , و أكثر عمليات تجميل الأنف وأكثرها نجاحا تجرى للمرأة ماهى إلا إسترداد لهذه السمات الأنثوية عندما تشتكى المرأة بصفة عامة من كبر حجم الأنف وعدم تناسبه مع الوجه ولاينبغى أن ننتقد مثل هذا الإجراء.

وقد يشتكى مريض من إعوجاج الأنف أو بروز شديد فى عظام الأنف أو أن طرف الأنف متضخم بطريقة ملفتة للنظر وكل هذه العيوب يمكن إصلاحها بنجاح كبير , كما أن العيوب الخلقية قد تصيب الأنف وتؤدى إلى تشوهه كحالات الشفة الأرنبية ويمكن إجراء جراحة تجميل الأنف فى مراحل مبكرة من السن فى هذه الحالات.

وعادة يتم إجراء جراحة تجميل الأنف بعد البلوغ , وذلك بعد أن يكون قد أكتمل نمو عظام وعضاريف الأنف فلا تتدخل الجراحة علي هذا النمو ولايؤثر هذا النمو على نتيجة الجراحة لاحقا, ولكن يمكن إجراء الجراحة فى سن مبكرة فى العيوب الخلقية كما ذكرنا وفى حالات

قليلة عندما يؤثر تشوه الأنف بشكل كبير على الحالة النفسية للطفل أو الشاب ويعوق دون تقدمه فى الدراسة نظرا لتعرضه لمضايقات زملاءه .

لمن تذهب لإجراء الجراحة؟:

جراحو التجميل هم المتخصصون فى إجراء مثل هذه الجراحات ويمكنك التأكد من ذلك من الجراح نفسه حيث يمكن أن ترى شهادة إستشارى جراحة تجميل صادرة من نقابة الأطباء و تصدر لأعضاء جمعية جراحى التجميل والإصلاح المصرية كما يمكن الدخول على موقع الجمعية والتأكد من إدراج إسم الجراح بالجمعية وعنوان الموقع هو :

www.esprs.com

ويمكنك إختيار الجراح الأقرب لمكانك من نفس الموقع حيث يمكن الإستدلال على عنوانه ورقم تليفونه .
ويوجد عدد قليل من جراحى الأنف والأذن والحنجرة الذى يقوم بإجراء الجراحة بكفاءة ويجب التأكد من ذلك من إحد مرضاه او من الطبيب الذى قام بتحويلك له.

ولا تتخضع بإعلانات المجلات والمراكز المنتشرة والأسعار المخفضة لحامل الإعلان , فأعضاء جمعية جراحة التجميل والإصلاح المصرية يرفضون العمل فى هذه المراكز فلا يجدون غير الأطباء الغير مدربين للقيام بهذا العمل , ومن المضحك أن تجد نفس الصور الملفقة قبل وبعد الجراحة فى إعلانات المراكز مختلفة.

التحضير للجراحة:

يجب قبل إجراء الجراحة إكتشاف أى أمراض عضوية تحتاج العلاج قبل إجراء التخدير والجراحة مثل السكر والضغط وأمراض القلب والرئة والكلى والكبد والحساسية وأمراض المناعة ويمكن إكتشاف هذه الإمرام بسهولة بأخذ التاريخ المرضى والكشف الطبى الكامل وعمل التحاليل الطبية اللازمة ثم يتم التعامل مع هذه الأمراض. كما يجب التوقف عن التدخين فترة كافية تبلغ أربعة أسابيع قبل الجراحة لأن التدخين يؤثر سلبيا على التنفس أثناء وبعد التخدير. كما يجب التوقف عن تناول الأسبيرين لمنع سيولة الدم , ولنفس السبب يجب عدم إجراء الجراحة أثناء الحيض.

كما يجب أن تبلغ الطبيب عن أى أعراض نفسية تعرضت إليها ليتم تحليلها ومعرفة التعامل معها وقد نحتاج لإستشارة طبيبك النفسى قبل إجراء الجراحة ويقوم بوصف بعض العلاجات الخاصة أو قد ينصحك بتأجيل الجراحة لوقت اخر.

وأثناء أستشارتك للطبيب يجب أخباره بدقة عما تريده من الجراحة وتفهم منه بوضوح عما يمكن أن يقوم به حيال ذلك ويجب أن يريك بعض الصور قبل وبعد الجراحة لمرضى آخرين من ألبومه الخاص وليس من الكتب. ويجب أن تعلم أن العملية سوف تجرى بغرض التحسن وليس الكمال . وقد أنتشر إستعمال الحاسب الألى فى إظهار النتيجة المتوقعة بعد الجراحة كى يراها المريض قبل الجراحة

وذلك مفيد جدا كأساس للتفاهم بين المريض والطبيب فيم يريده المريض ومايقدر على القيام به الطبيب , ولكن لايمكن الجزم بأن النتيجة بعد الجراحة سوف تكون مماثلة تماما لصورة الحاسب الألى ولذلك تراجع عدد كبير من الأطباء عن إستخدامه وقد نشرت بحثا بهذا الموضوع منذ عدة سنوات ووجدت أنه مفيد جدا فى بعض الحالات كبروز عظمة الأنف وقليل الفائدة فى أحوال أخرى كتضخم طرف الأنف (ص 3).

أين تجرى الجراحة؟:

معظم عمليات تجميل الأنف تجرى تحت تخدير كامل بالمستشفيات وفى أحيان قليلة تجرى تحت مخدر موضعى ومهدئ عام. وعادة يبقى المريض ليوم كامل يخرج فى نهايته وهو مايسمى بالحالة اليومية. وبعض العيادات مجهزة بغرفة عمليات ومرخصة من نقابة الأطباء ووزارة الصحة لإجراء بعض الجراحات الصغرى والمتوسطة وهذا مايجب التأكد منه من الطبيب وعادة يوضع الترخيص فى مكان ظاهر بالعيادة ولا تخجل من السؤال عليه.

كيفية إجراء الجراحة:

يتكون الأنف من هيكل شبه صلب من العظام والغضاريف مغطى بطبقة من الجلد والأنسجة الرخوة تحت الجلدية ويشبه تماما الخيمة, وتشكل العظام والغضاريف أكثر من 90% من شكل الأنف ولذلك فإن عملية تجميل الأنف تتمثل فى إعادة تشكيل هذه العظام والغضاريف ومن ثم يعاد ترتيب الطبقة الجلدية فوقها تماما كما يتغير شكل الخيمة بتغيير وضع أعمدها وهيكلها. ويتم إجراء إجراء الجراحة من جروح صغيرة داخل الأنف باستخدام آلات دقيقة يتم بها إعادة تشكيل الهيكل العظمى والغضروفى بالنحت والتحرك وإستئصال بعض الأجزاء المتضخمة ثم يعاد ترتيب الجلد فوق الهيكل ليعطى الشكل الجديد. وقد يلجاء الجراح لإستبدال الحاجز الأنفى لإصلاح إعوجاج الأنف وقد يحتاج لجزء من غضروف الحاجز الأنفى لزرعه فى جزء من الأنف لإصلاحه. كما قد يتم إستئصال جزء من حافتى الجزء الأسفل من الأنف بجروح لاترى لتصغيرها . ووضع حشو خفيف داخل الأنف كما يتم تغطية الأنف بجبيرة بلاستيكية للحفاظ على الشكل الجديد.

ما بعد الجراحة:

- 1- بعد الأفاقة لايشعر المريض بأى ألم ولكن يشعر ببعض الضيق نتيجة إنسداد الأنف وإضطرابه للتنفس من الفم سرعان مايتعود عليه حتى يتم رفع الحشو بعد 48 ساعة من الجراحة.
- 2- يحدث تورم بالجفون السفلى للعين أول 48 ساعة يبدأ بعدها فى التحسن ويزول بعد حوالى أسبوع من الجراحة وينصح بعمل كمادات ماء باردة على العين أول 48 ساعة لتقليل حدوث الورم تستبدل بكمادات دافئة بعد ذلك للمساعدة على صرف الورم .
- 3- يتم ملاحظة بعض الكدمات الزرقاء تحت العين فى بعض الحالات وتتحسن تدريجيا حتى تزول فى خلال أسبوعين يمكن خلال هذه الفترة وضع بعض كريمات الأساس لإخفائها.

- 4- قد يحدث بعض النذف الخفيف من الأنف بعد العملية يبلى الشاش حول فتحتى الأنف يتوقف بعد عدة ساعات.
- 5- يخرج المريض عادة فى مساء يوم العملية أو صباح اليوم التالى ويتم رفع الحشو بعد 48 ساعة ورفع الجبيرة البلاستيكية عادة بعد أسبوع, ينصح بعدها بتجنب أى صدمات للأنف ووضع بعض القطرات للأنف للمساعدة فى تسليك الأنف لإستعادة التنفس من الأنف.
- 6- يجب معرفة أنه نتيجة للتورم بالأنف فإن ماتراه مباشرة بعد رفع الجبيرة ليس هو الشكل النهائى للأنف ولايمثل أكثر من 60% منه . ويتم التحسن تدريجيا بزوال التورم وعمل الكمادات والتدليك الخفيف من الأمام للخلف لتحصل على النتيجة النهائية فى عدة شهور.

المضاعفات المحتملة :

- 1- لاشك أن أى جراحة لاتخلو من وجود خطورة على المريض من حدوث مضاعفات نتيجة التخدير العام أو حتى الموضعى ولكن يجب أن تكون هذه الخطورة نادرة الحدوث وهذا مايتحقق إذا توفرت الإمكانيات من تجهيزات بغرفة العمليات مع توافر الكوادر الطبية القادرة على تحمل هذه المسئولية وهو مايتحقق فى المستشفيات الكبرى بدرجة عالية .
- 2- أما ما يخص الجراحة فالمضاعفات المحتملة كالنذيف وقد يحدث فى الساعات الأولى بعد العملية أو عند رفع الحشو ويمكن علاجه بواسطة الجراح بسهولة .
- 3- التلوث الجرثومى نادر الحدوث .
- 3- أما الأكثر شيوعا فهو عدم رضاء المريض عن نتيجة الجراحة لعدم تحقق ما كان يتصوره , وفى هذه الحالة يجب إنتظار 6 شهور للحصول على الشكل النهائى للأنف يمكن بعدها تحديد ما إذا كان هناك داعى لإجراء تعديل للأنف بجراحة أخرى .

عملية تجميل الجفون والحاجب

الجفون من أكثر أجزاء الوجه التي تعطي الإنطباع بالسن فحينما تكون مترهلة ومنتفخة تعطي الإنطباع بكبر السن وقد يحدث هذا في أشخاص صغرى السن أو متوسطى العمر مما يؤثر على حياتهم كما أن إنتفاخ الجفون وخاصة الجفن الأعلى يعطى للرائ الأحاساس بالغضب وإعتلال الصحة فى أحيان كثيرة وخاصة عند الإستيقاظ من النوم وقد يؤثر على الرؤيا فى أحيان كثيرة . ص

وفى أحوال نادرة تسبب أمراض معيئة إنتفاخ الجفون كأمراض الكلى والجهاز التنفسى وبعض الأمراض الجلدية وأمراض العيون ويجب إجراء كشف طبي كامل وبعض الفحوصات الطبية لإكتشاف هذه الأمراض وعلاجها إذا شك جراح التجميل فى وجود مثل هذه الأمراض . ص

وهناك عاملين أساسيين يسببان أنتفاخ وترهل الجفون أولهما تراكم الدهون بالجفون وثانيهما ترهل الجلد وبالتالي فإن جراحة تجميل الجفون تتلخص فى إستئصال هذه الدهون وإستئصال الترهل الموجود بالجلد ثم شده. ص

وهذه الجراحة فعالة جدا فى إعطاء الإنطباع بصغر السن بل قد تكون أكثر تأثيرا من شد الوجه فى أحيان كثيرة بالرغم من بساطتها وسهولتها وسرعة الشفاء منها . ويمكن إجراء هذه الجراحة للجفن العلوى والأسفل فى نفس الوقت , كما يمكن إستعمال التخدير الموضعي بدلا من التخدير الكامل لإتمام العملية . ص

كيف تجرى الجراحة:

تتم عملية تجميل الجفن الأعلى بعمل جرح عرضي فى منتصف الجفن الأعلى وتحت الرموش بالجفن الأسفل يتم من خلالهما إستئصال الجلد المترهل والأكياس الدهنية المتراكمة , كما يمكن إجراء الجراحة بالجفن الأسفل عن طريق جرح داخل الجفن. ص

وفى بعض الحالات يكون هناك سقوط فى الحاجب يمكن علاجه بإجراء جراحة لرفع الحاجبين مع هذه الجراحة من نفس الجرح بالجفن الأعلى أو من جرح أعلى الحاجب أو عن طريق شد الجبهة من جرح داخل فروة الرأس وسوف تذكر بالتفصيل فى عمليات شد الوجه. وتستغرق هذه الجراحة حوالى الساعة والنصف للجفون العليا أو السفلى ويمارس جراح التجميل أقصى درجات الحكمة فى تحديد كمية الجلد والدهون المستأصلة للحصول على النتيجة المرجوة. وقد يحتاج بعض المرضى لخطوات إضافية مثل إعادة تثبيت الزاوية الخارجية للعين أو شد للعضلة الضامة للجفون وهذا يعتمد على حالة الشخص وعلى رأى الجراح وخبرته. ص

وقد يتسائل البعض عن إمكانية شطف هذه الدهون من الجفون, والإجابة هى لا بالتأكيد نظرا للطبيعة التشريحية الدقيقة للمنطقة.

ويقوم الجراح بخياطة الجروح بخيوط دقيقة تحت الجلد لاحتجاج للرفع وهي معروفة للعامة بالخياطة السحرية , ويوضع قليل من مرهم المضاد الحيوى وبعض الضمادات الخفيفة.

مابعد الجراحة:

يفضل بعد الجراحة أن يبقى المريض شبه جالس بالسرير مع عمل الكمادات الباردة الجافة لتقليل التورم بالجفون ولاشك أن إعطاء بعض العقارات أثناء وقبل الجراحة يفيد كثيرا لتقليل التورم . وعادة لا يحس المريض بأى ألم بعد الجراحة ويستعيد الشراب والأكل فورا بعد التخدير الموضعي أو بعد 3 ساعات من التخدير الكامل , ويتم خروج المريض من المستشفى فى نفس اليوم مع وصف العلاج اللازم. وينصح المريض بعمل الكمادات الباردة بالمنزل لمدة 24 ساعة يمكن بعد ذلك إستبدالها بالكمادات الدافئة ويمكن عمل ذلك بملى جوانتى طبي بالماء البارد أو الدافئ. كما ينصح باتخاذ الحذر أثناء السعال أو التمخط لأن ذلك قد يؤدي إلى حدوث نذف تحت الجلد. ولا تخشى من التورم الذي يحدث فبعد 48 ساعة يبدأ بالتحسن ويختفى معظمه بعد حوالى أسبوع . ويلاحظ فى معظم الأحوال وجود لون أزرق خفيف (كدمات) تحت العين يختفى تدريجيا وقد يحتاج لأسبوعين للزوال نهائيا ويمكن وضع بعض من كريم الأساس لإخفائه وسوف ترى تحسنا يوما بعد يوم خاصة بعد تحسن التورم. ص

ويجب التنبيه عند حدوث ألم شديد أو لون أزرق شديد يجب الذهاب للطبيب المعالج فورا فقد يكون هناك تجمع دموى يحتاج لتدخل جراحى بسيط وإهمال ذلك قد يؤدي لفقدان النظر فى حالات نادرة جدا.

المضاعفات المحتملة :

هذه العملية من الجراحات الشائعة والناجحة ومضاعفاتها نادرة الحدوث وهي:

- 1- التجمع الدموى الذى سبق ذكره.
- 2- قد يحدث بعض الإلتهابات البسيطة بالعين نتيجة الاحتقان والجراحة حول العين ويتم علاجها بالفطرات .
- 3- قد يحدث تغير خفيف فى شكل الجفن السفلى نتيجة الجراحة والتورم يتحسن تدريجيا فى خلال عدة أيام . ص

عملية شد الوجه وحقن الدهون

هل سألتى نفسك ماهو يضايقك فعلا لإجراء جراحة لتجعلك أصغر سنا؟

الإجابة قد تكون لأنك تبدين أكبر سنا وهرما مما تعتقدى أو ترغبي , وذلك قد أثر سلبيا على حياتك الإجتماعية و العملية و الزوجية ,
وأنك تعتقدين أن هذا قد حدث فى وقت قصير جدا وأنك أصبحت تتجنبى المناسبات الإجتماعية التى كنتى تحرصى عليها وهذا جعلك أكثر
إنعزالا وكأبة .

وأنك تتسألين لماذا حدث هذا بأسرع مما تتوقعين وتتسألين هل يمكن إصلاح ماأفسده الزمن كما يقولون؟

أنك تشاهدين الممثلات المشهورات يزددن تألقا وجمالا يوم بعد يوم ولأثر للزمن على وجوههم نتيجة لجراحات التجميل التى يجرينها
وتعتقدين أنهم قد قاموا بإجرائها بالخارج , وقى نفس الوقت أنت منزعة مما تسمعيه من تعرض بعض السيدات لمشكلات صحية
ومضاعفات نتيجة إجراء بعض هذه الجراحات فى بعض المراكز التى تقوم بالإعلان عن نفسها ليلا ونهارا ولاتجدي من تسأليه فيصدقك
القول ويخلص لك النصيحة.

تظهر علامات التقدم فى السن بالوجه نتيجة عدة عوامل بعضها داخلي كتغير النسيج بالطبقة الجلدية والطبقة تحت الجلدية نتيجة
لإنخفاض نوعى وكمى فى مدة الكولاجين الطبيعية التى تحافظ على ليونة ومطاطية الجلد وعدم ترهله فيصبح الجلد أقل ليونة, والنقص
فى الإفرازات الشمعية يجعل الجلد أقل رطوبة وأكثر جفافا عما تعودت كما تزيد النقط السوداء الصغيرة بالوجه والهالات الداكنة تحت
العينين, ويساعد على ذلك عدم تناول الفاكهة الطازجة التى تحتوى على فيتامين ج الهام الذى يكون المادة الكولاجين التى تحافظ على
تماسك الأنسجة , ويزيد من ذلك تداعى الهرمونات الأنثوية لقربك من سن اليأس أو بعد إستئصال المبايض.
وبعض هذه العوامل خارجى كالتعرض للشمس والضوء الشديد والعمل على الكمبيوتر لفترات طويلة والسهر الكثير وذلك يؤدى إلى
زيادة التجاعيد الجلدية حول العين والجبهة والفم .

وهذا الخليط من التجاعيد حول العين والفم وبالجبهة والترهل بالجلد بالرقبة نتيجة الجاذبية الأرضية وهو مايعطى الإنطباع بالكبر.

(ص)

نعم يمكنك التخلص من هذه المشاكل بنجاح كبير بإجراء جراحة لشد الوجه, ولكن هل أنت تحتاجين فعلا لهذه الجراحة الكبيرة أم يمكن
تأجيلها أو إستبدالها بطرق أكثر سهولة؟

الإجابة هى أننى سوف أدربك على إجابة هذا السؤال بنفسك . إننى سوف أطلب منك الإجابة على الأسئلة الموجودة بالجدول التالى أثناء
تأملك لملامح وجهك بالمرآة وسوف تجدى الإجابة بنفسك ومن ثم يمكنك مناقشة طبيبك بخصوصها:

جراحة	جراحة بسيطة	علاج تحفظي يكرر كل كل عدة شهور	أنظرفى المرأة وقومى بوضع علامة على ماتريه
شد الجبهة الجراحى	شد الجبهة بالمنظار	حقن البوتوكس	1- تجاعيد أفقية بالجبهة
شد الجبهة الجراحى	إضعاف العضلة بالمنظار	حقن البوتوكس	2- تجاعيد عمودية قصيرة بين الحاجبين
شد الجبهة	رفع الحاجبين الجراحى	حقن البوتوكس	3- هبوط بالحاجبين
شد الوجه	-----	حقن البوتوكس حقن المواد المألنة الليزر والتقشير الكيميائى للبشرة البيضاء (تحسن طفيف)	4- تجاعيد أفقية قصيرة حول العين من الناحية الخارجية
تجميل الجفون العليا	-----	-----	5- إنتفاخ بالجفون العليا
تجميل الجفون السفلى	-----	-----	6- إنتفاخ بالجفون السفلى
شد الوجه + تكبير الوجنة	حقن الدهون	حقن المواد المألنة	7- ضمور بالوجنتين والخدین
شد الوجه	حقن الدهون	حقن المواد المألنة والليزر	8- ظهور خطين بيت الخدين والأنف
-----	-----	حقن المواد المألنة والليزر والتقشير الكيميائى للبشرة البيضاء(تحسن طفيف)	9- تجاعيد حول الفم
جراحة تكبير الشفاه	-----	حقن المواد المألنة	10- ضمور بالشفنتين
شد الرقبة	-----	-----	11- ترهل بجلد الرقبة
شد الرقبة وشفط الدهون	شفط الدهون	تذويب الدهون بالحقن	12- وجود شحوم تحت وعلى جانبي الأنف
السنفرة الجراحية	السنفرة السطحية	الليزر والتقشير الكيميائى للبشرة البيضاء	13- وجود البقع بالوجه

وفى الباب التالى سوف تجدين التفاصيل الخاصة بالحقن بالمواد المألنة والبوتوكس والدهون والسنفرة والليزر والتقشير الكيميائى.

وهنا يجب عدم الخلط بين عملية شد الوجه لعلاج الترهلات بالوجه والجبهة والرقبة و التي لاتتم إلا بالجراحة, وجلسات إعادة التغطية الجلدية بالتقشير الكيميائي والليزر المسماة بال (resurfacing) , حيث أنتشرت الدعاية عن شد الوجه بالتقشير الكيميائي وهو مايعتبر تسمية غير صحيحة فهذا ليس إلا علاج للبقع الجلدية والتجاعيد الخفيفة حول العين والفم وأستخدم اللفظ شد الوجه لإجتذاب المرضى دون وجه حق. ولقد أصبح الليزر الجراحي من الطرق الفعالة للشد الخفيف للجلد وتحسين البشرة .

مقابل الجراحة:

- 1- يجب مناقشة الجراح فى ماتريدينه من الجراحة, وما يمكنه هو من القيام به, ويجب أن ترى من ألبومه الخاص بعض من الحالات التى قام بإجرائها والتى يوجد تشابه بينها وبين حالتك ويجب عدم الإسراف فى التفاؤل بما سوف يتم إنجازه.
- 2- يجب التأكد من عدم وجود أمراض نفسية أو عضوية تحتاج لعلاج قبل إجراء التخدير والجراحة مثل السكر والضغط وأمراض القلب والرئة والكلى والكبد والحساسية وأمراض المناعة ويمكن إكتشاف هذه الأمراض بسهولة بأخذ التاريخ المرضى والكشف الطبى الكامل وعمل التحاليل الطبية اللازمة ثم يتم التعامل مع هذه الأمراض. كما يجب التوقف عن التدخين فترة كافية تبلغ أربعة أسابيع قبل الجراحة لأن التدخين يؤثر سلبيا على التنفس أثناء وبعد التخدير. كما يجب التوقف عن تناول الأسبيرين لمنع سيولة الدم , ولنفس السبب يجب عدم إجراء الجراحة أثناء الحيض.

- 3- أهمية معرفة أماكن الجروح , مثلا هل تفضلين الجرح داخل الشعر لشد الجبهة مع رجوع خط الشعر الأمامى للخلف لحوالى 1 : 2 سم أم تفضلين الجرح أمام خط الشعر مع الإحتفاظ بخط الشعر فى نفس مكانه .

كيفية إجراء الجراحة:

يمكن إجراء هذه الجراحة تحت مخدر موضعى ومهدأ عام أو تحت تخدير كامل وهو المفضل فى معظم الأحوال, وتنقسم الجراحة لثلاث أجزاء رئيسية يتم إجرائها كليا أو جزئيا :

- 1- شد الجبهة لتحسين سقوط الحاجبين والتجاعيد الأفقية بالجبهة والتجاعيد الرأسية الصغيرة بين الحاجبين بعمل شد لأعلى للجبهة عن طريق جرح بفروة الرأس ثم تسليك جلد الجبهة وإضعاف العضلة التى تسبب التجاعيد بين الحاجبين ثم إستئصال الجلد المترهل والخيطة التجميلية للجرح.
- 2- شد الوجه لتحسين الترهل بالخد والتجاعيد حول العين والفم وذلك بعمل شد لجلد الوجه لأعلى وناحية الأذن عن طريق جرح داخل الشعر وأمام الأذن وخلف الأذن وكذلك شد الطبقة العضلية تحت الجلدية والمسماة SMAS وذلك لتحسين نتيجة الجراحة وإطالة مدتها ثم إستئصال الجلد المترهل والخيطة التجميلية للجرح.
- 3- شد الرقبة لتحسين الترهل بالرقبة وذلك بعمل شد لجلد الرقبة وطبقة ال SMAS لأعلى وللخارج عن طريق جرح خلف الأذن ثم إستئصال الجلد المترهل والخيطة التجميلية كما يتم فى نفس الوقت شفط أى دهون تحت وعلى جانبي الذنق.

وعادة توضع درنقة جلدية تسمح بخروج أى دم للخارج لمنع حدوثى أى تجمع دموى تحت الجلد.

مابعد الجراحة:

1-سوف يتم وضع ضمادات خفيفة حول الوجه ولن تحسى بأى ألام مبرحة بعد الجراحة ولكن سوف يتورم وجهك بشدة حتى أنك قد لن تتمكنى من فتح عينيك بصورة كاملة ويتم عمل كمادات باردة على الوجه خلال اليوم الأول للتقليل من التورم يستبدل بعد ذلك بالكمادات الدافئة لعدة أيام .

2- ينصح فى خلال الساعات الأولى بالتحكم فى السعال والتنخم لمنع حدوث أى نذف تحت الجلد.

3- يسمح لك بشرب السوائل بعد الجراحة بساعتين والأكل مساء نفس اليوم ولا ينصح بالطعام الذى يحتاج المضغ الكثير كما يستحسن عدم التكلم الكثير اول ثلاث أيام بعد الجراحة.

4- قد تتمكنى من الخروج من المستشفى فى نفس اليوم ولكنى لأنصح مرضاى بذلك حتى يمكن الإطمئنان عليك طوال الليل بواسطة التمريض والأطباء المساعدين وأفضل الخروج فى اليوم التالى صباحا بعد رفع الدرنقة والتى لاتولم.

5- يستحسن رفع الوسادة أثناء النوم لتقليل التورم , وسوف تلاحظين أن التورم يقل عند المساء لأنه يقل بارتفاع مستوى الرأس.

6- يمكنك غسل الوجه والشعر بالشامبو بعد يومين من الجراحة ووضع مرهم مضاد حيوى على الجروح , كما يمكنك وضع كريم أساس خفيف للوجه.

7- يتم رفع الدرنقة بعد يومين والخياطة بعد حوالى 6 أيام .

الأثار اجانبية والمضاعفات المحتملة:

1- أثار جانبية تزول بالوقت: مثل الكدمات الخفيفة والتورم .

2- مضاعفات محتملة : التجمع الدموى (أقل من واحد بالمائة من الحالات) ويحتاج للتفريغ ويحدث فى أول 6 ساعات بعد الجراحة.

أو إصابة العصب السابع المسنول عن تحريك عضلات الوجه (أقل من واحد بالمائة من الحالات) أو جزء منه والذى قد يؤدي إلى عدم

القدرة على تحريك نصف الشفة السفلى وتحسن بالتدريج . و لتنام الجروح عادة بشكل مرضى بحيث لايمكن رؤيتها, ولكن فى أحوال

قليلة قد يحدث ندبات يمكن علاجها أو التحكم فيها ولاتلومى طبيبك على ذلك لأن إلتام الجروح يختلف من مريض لأخر حسب نوع الجلد.

3- مضاعفات نادرة جدا: قد تتأثر الدورة الدموية للجلد مما يؤدي ألى تأخر إلتام الجروح وحدث تشوهات وقد يقضى الجراح عمره كله

ولايرى مثل ذلك لندرتها .

ويمكن إجراء بعض الإجراءات الأخرى التي من شأنها زيادة نسبة النجاح مثل حقن الدهون و وضع بعض الخيوط الجراحية الشادة التي تقوم برفع المناطق المتهدلة وعمل الليزر أو السنفرة لتجديد البشرة وإزالة البقع الجلدية.

وأصبح من الممكن عمل شد للجبهة عن طريق المنظار الجراحي والنتائج مشجعة ولكن لا ترقى لنتائج الجراحة الكلاسيكية.

الخيوط الجراحية الشادة

النوع الأول (aptos) :

كما قلت سابقا أنه بمرور الزمن تقوم الجاذبية الأرضية بعملها في تهاوى الدهون والجلد بالوجه إلى موضع أسفل مما كانت عليه في الصغر فنرى أن الدهون القليلة الموجودة في أعلى الخد فوق الوجنة أو قريبا منها تنزل إلى المنطقة ما بين الخد والأنف وتؤدي إلى ظهور الخطين الشهيرين على جانبي الأنف وكذلك الدهون الموجودة على الجزء الأسفل من الوجه إلى جانبي الفك الأسفل وكذلك ظهور الدهون تحت الذقن. وبناءا على ذلك تبنى الطبيب الروسى سوليماتديز فكرة وضع خيوط في الجزء العميق من الجلد بطريقة تقوم بعمل رفع لهذه الأجزاء عن طريق شد هذه المناطق من الجلد .

وتجرى هذه الجراحة البسيطة تحت مخدر موضعي بأستعمال أبرة معينة ويوضع حوالى ستة خيوط في كل جانب من الوجه والتحسن يلاحظ من أول لحظه ولكن هذه الطريقة لها عيبين أساسيين أولهما هو أنه يمكن الإحساس بالخيوط تحت الجلد مما قد يسبب بعض الضيق والأخر أن النتيجة تمكث لمدة سنة أو أكثر قليلا ثم تعود الأمور كما كانت من قبل . ويمكن رفع الخيوط بسهولة إذا حدثت إلتهابات حولها أو فقدت فعاليتها.

النوع الثانى (curl lift) :

أما هذا النوع من الخيوط فيستخدم لرفع الدهون تحت الجلد وذلك لايحس به المريض ومن النادر حدوث إلتهابات به ويمكن إستعماله أثناء جراحات شد الوجه أو الجفون حيث يمكن وضعه من نفس الجروح المستعملة ,ارى أنا وكثير من زملائى أنه طريقة فعالة وعملية ويمكن إستعمال خيوط أقل تكلفة ,اكثر تداولا من النوع الأول.

حقن الدهون

هذه إحدى العمليات البسيطة التي أقوم بإجرائها بكثرة تحت التخدير الموضعي و هي من الجراحات التي لم تكن موجودة منذ عدة سنوات بالرغم من بديهيته وسهولتها ونجاحها .

فإذا كنتي تشعرين أن خديكي أصبحا أكثر إنخفاضا وترهلا وبشرتك أصبحت أقل لمعانا ونضارة فيمكن بإجراء هذه الجراحة البسيطة إحداث تحسن كبير وعندما أعني بسيطة فأعني أقصد بسيطة للجراح المتخصص الخبير وليس لكل هاوي يرى أن جراحة التجميل هي مصدر للكسب السريع وتذكر الفنانة المشهورة التي قامت بإجراء الجراحة بأحد المراكز وعندما حدث إلتهاب بالعملية أرتبك الجراح ولم يقم بعمل الإجراء المناسب و تسبب هذا لموقف في مشاكل للفنانة لإرتباطها بمواعيد تصوير.

وتتلخص العملية في أخذ بعض من الدهون من البطن أو الأرداف ثم معالجتها بطريقة معينة لتخليصها من السوائل والدماء وتركيزها وإضافة المضادات الحيوية لها ثم حقنها في الخدين بإستعمال إبرة مخصوصة , ويحدد الطبيب المكان المناسب والكمية المناسبة للحقن حسب حالة السيدة .

وتتميز هذه الجراحة بسرعة الشفاء والحصول على نتيجة سريعة بالرغم من حدوث بعض التورم البسيط الذي يختفي في غضون عدة أيام ومن الأشياء الجميلة في هذه العملية التحسن الذي يحدث بالبشرة نتيجة تمددها بحقن الدهون فتصبح أكثر نضارة ولمعانا .

والسؤال اذى يطرح نفسه بشدة هو هل هذه النتيجة دائمة أو هي حل مؤقت نتيجة إمتصاص الدهون المحقونة؟ والإجابة هي أنه فعلا يحدث إمتصاص لجزء من لدهون المحقونة يتراوح ما بين 30 % إلى 70 % من الكمية وذلك حسب كفاءة الطبيب والطريقة المستعملة وكيفية الحقن ولذلك يمكن حقن كمية أكبر قليلا من الأحتياج الفعلي وإعادة العملية مرة أخرى بعد 6 شهور .

وإذا قارنتي هذه الجراحة بحقن المواد المألنة والتي تحتاجين إلى إعادة حقنها كل سنة تقريبا مع دفع ثمن الحقنة نفسها والتي نستوردها من الخارج فإن هذه الجراحة تستحق الإعتبار.

ويمكن إستعمال هذه العملية لتكبير الشفاة ولكني شخصيا أفضل المواد المألنة لدقة الإبرة لخاصة بها مما تسهل ضبط الشكل النهائي للشفاة بدقة أكثر.

والمضاعفة الوحيدة لتي ممكن أن تحدث بعد إجراء هذه الجراحة هي حدوث الإلتهابات ويمكنك التنبؤ بها عند حدوث
ألام شديدة وإزدیاد بالتورم مع وجود إرتفاع فى درجة الحرارة و يمكن منع وعلاج المضاعفة بالمضادات الحيوية
والتقنية الجراحية الدقيقة وإذا تطور الأمر فقد نحتاج إلى إستخراج الدهون مرة أخرى وهذا من التادر حدوثه.

عملية تكبير الوجنتين:

تجرى هذه العملية لتحسين الشكل العام للوجه وإضفاء الشباب عليه وذلك بتكبير حجم الوجنتين وزيادة بروزهم

لعلاج

البوتوكس والمواد المائلة

إذا كنت تعاني من وجود بعض التجاعيد بالجبهة وبين الحاجبين وحول العينين وإذا كان الحاجبين ساقطين للأسفل بحيث أن عينيكي تصبحان أضيق وكأنك عابسة الوجه فتأكدي أنكى يمكنك التخلص من كل ذلك بزيارة واحدة لجراح التجميل .

أصبح حقن البوتوكس الآن من أشهر التدخلات التجميلية لسهولة وتأثيره السريع والأمن لعلاج التجاعيد والبوتوكس من مادة البوتوليوم والتي يمكن تصنيعها وإنتاجها و الجرعة التي تعطى للمرضى تعتبر ضئيلة جدا لاتسبب أي أضرار للجسم حتى أنه من العجيب أنه حتى الآن لم أقرأ عن حالة تسمم واحدة لهذا العقار وهو يحضر على شكل كمية قليلة جدا من البودرة ويقوم الجراح بتحليلها قبل حقنها للمريض ولكن يجب عدم تركها لأكثر من يومين بعد إضافة المحلول حيث يفقد فعاليته تدريجيا.

وبعد الإنتهاء من الحقن يجب أن تحركي عضلات وجهك عدة ساعات حتى تقوم العضلات بامتصاص العقار ولاتنتظري حدوث تحسن قبل يومين ويستمر التحسن في الإزدیاد حتى أسبوعين بعد الحقن ويستمر تأثير العلاج لمدة ستة شهور ويمكن إعادة العلاج عدة مرات تلاحظي بعدها أن التأثير يدوم أطول وذلك لأن العضلات المسؤلة عن التجاعيد تصبح أضعف بالحقن المتكرر.

وينصح بعدم عمل أي تدليك للوجه أو عمل نزع لشعر الحواجب في الساعات الأولى لأن ذلك يؤدي إلى تسرب العقار لمناطق غير مرغوب بها وذلك قد يؤدي إلى حدوث تهدل في الجفن الأعلى وذلك من المضاعفات المحتملة التي يمكن تجنبها .

ويمكن استعمال نفس العقار لعلاج التجاعيد بالرقبة وحول الفم ولكن باحتراس شديد ويستعمل العقار لإصلاح بعض العيوب الأخرى كسقوط حاجب من الحاجبين عن مستوى الأخر.

ومع سهولة هذا الإجراء فإن خبرة الطبيب المعالج تأتي في المقام أول لضب الجرعة وعمق الحقن للحصول على نتائج مرضية.

وعادة أطلب من مرضاى الحضور بعد عدة أيام لعمل بعض الروتوش البسيطة للحصول على أحسن النتائج.

المواد المائلة

هل تعانيين من وجود تجاعيد حول الفم وحول العين وعلى جانبي الأنف ؟

أو تعانيين من ضمور أو رفع الشفتين ؟

هل تحسین أن خديكي أصبحا مترهلين ووجنتيكي أصبحتا أكثر إنخفاضا؟

كل ذلك قد أدى إلي إحساسك أنكى أصبحت تبدين أكبر سنا و أكثر إرهاقا.

كل ذلك أصبح من الممكن التخلص منه بزيارة واحدة لجراح التجميل وذلك أنه يمكن حقن هذه

المناطق بإحدى المواد المائلة المعروفة حاليا والحديثة .

وكان أشهر هذه المواد مادة الكولاجين والمستخرجة حيويا ولكن هذه المادة كان يمكن أن تسبب

حساسية ولذلك كان يجب إجراء إختبار قبل الحقن بأسبوعين علي الأقل للتأكد من عدم حدوث

حساسية للمرضي ولذلك أصبح من النادر إستخدام الكولاجين لهذا الغرض وتم إستبداله بمادة

الهيالويورونيك أسيد المحضرة كيميائيا والتي لاتسبب مثل هذه الحساسية.

وهذه المادة موجودة بالأنسجة وتكون المادة الأنسجة الليفية بالجلد والأنسجة المختلفة وهي

مسئولة عن تماسك الأنسجة وقوتها .

ويوجد عدة مستحضرات طبية من شركات مختلفة من نفس المادة الفعالة منها مايقحقن في الطبقة

السطحية لعلاج التجاعيد الرفيعة ومنها مايقحقن بالطبقة العميقة من الجلد لعلاج التجاعيد العميقة

على جانبي الأنف ولتكبير الخدين ومن الخطورة أستعمال النوع الأخير في الطبقة السطحية للجلد

لأنه قد يسبب إتهابات مزمنة بالجلد وكما أن إستعمال النوع الأول بالطبقة العميقة لايعطى النتائج

المرضية.

وقبل إعطاء هذه الحقن يتم وضع كريم للتخدير الموضعي قبل الحقن بساعة ونصف حتى لايحس

المريض بالحقن وتعطى هذه الحقن في المناطق الموصوفة وتؤدي إلى نتيجة فورية ولكن يحدث

عادة بعض اتورم الذي يختفى في خلال يومين أو ثلاثة وينصح باستعمال كمادات الماء البارد في

الساعات الأولى والماء الدافئ لمدة يومين للتقليل من هذا التورم.

وكذلك يمكن إستعمال هذه المواد لإعادة النضارة والحيوية والرطوبة للجلد بالحقن السطحي .
ويستمر فعالية هذا العلاج لمدة تتراوح بين ستة شهور وسنة ونصف تقريبا وأكثر من ذلك مع بعض
الأنواع التي تحقن عميقا بالخددين حول عظمة الوجنتين.
ولذلك يمكن إعادة الحقن دوريا للحفاظ على النتائج .

علاج البشرة بالسنفرة والتقشير الكيميائي والليزر والميزوثيرابي

البشرة الصحية والجميلة للمرأة يجب أن تكون ملساء ولامعة ومتجانسة اللون مهما اختلف لونها و من الأسباب التي قد تؤرق السيدات والأنسات وجود عيوب بالبشرة تؤدي إلى إطفاء جمال المرأة حتى في سيدات يتميزن بأجمل الملامح ومن هذه العيوب:

- 1- وجود آثار حب الشباب مثل الحبوب والبثور والندبات الصغيرة.
 - 2- البقع الجلدية نتيجة التعرض للشمس والحساسية وما بعد التهابات .
 - 3- إنطفاء لمعة البشرة.
 - 4- ظهور النتوءات الجلدية مثل الثقوب الدقيقة حتى يصبح الجلد مثل قشرة البرتقال.
 - 5- وجود بعض الزوائد الجلدية والحبيبات الشمعية وخاصة الملتهبة والملينة بالإفرازات.
- ويمكن علاج أو إحداث تحسن ملحوظ في هذه العيوب بعدد من العلاجات التحفظية التي تقدمت الآن بشكل ملحوظ والهدف الأساسي من هذه الطرق هو التخلص من الطبقة السطحية المريضة للجلد وإعطاء الفرصة للجلد للنمو بطريقة طبيعية دون التعرض للسئ للشمس وتحت الرعاية الكاملة للطبيب باستعمال الكريمات المرطبة والمفتحة للبشرة والمضادة للإلتهابات وبعض الأقراص التي تحتوى على الفيتامينات المهمة للبشرة وكذلك إحداث تحسن في الطبقة تحت الجلدية بتحفيز إنتاج الكولاجين وهو المادة التي تزيد من تماسك البشرة وحيويتها. وقد يتكرر هذا العلاج عدة مرات للحصول على نتائج طيبة .

ومن أقدم وأهم هذه الطرق هو السنفرة وهناك طريقتين للسنفرة :

- 1- السنفرة الميكانيكية باستخدام رأس من الماس الصناعي يدور بسرعات مختلفة يقوم بعملية

قشط لطبقات الجلد السطحية ويقوم الجراح بتحديد العمق الذى يصل إليه حسب حالة

المريض وطبيعة البشرة فهناك السنفرة السطحية أو العميقة. والحقيقة أن هذه السنفرة على

قدر سهولتها فإنها يجب أن تستعمل بحذر شديد وتحتاج لخبرة لتحديد العمق الذى نصل له بالسنفرة فعلى سبيل المثال السنفرة السطحية مناسبة للبقع السطحية ولتنعيم البشرة والأثار الجانبية قليلة ولكنها غير مجدية لعلاج الندبات ويجب استعمالها عدة مرات للحصول على نتائج مرضية لعلاج أثار حب الشباب , أما السنفرة العميقة فهي أكثر فاعلية لعلاج الندبات والأثار العميقة لحب الشباب ولكنها قد تؤدى لحدوث بقع جلدية تحتاج لعلاج طويل للتخلص منها خاصة إذا تعرض المريض للشمس وينصح بإستعمالها فى وقت الشتاء لنفس السبب ولذلك يجب الحرص فى إستخدامها وإستعمال لعلاج الموصوف كالكريمات المضادة للشمس والمطفة للبشرة.

2- السنفرة بالكريستالات وذلك بإستعمال جهاز يقوم بدفق الكريستالات على الجلد لقشط

وسنفرة الطبقة السطحية من الجلد وهو مناسب لتفتيح البشرة وإزالة البقع الجلدية

السطحية وعلاج بثور حب الشباب ولكن ليس له تأثير كبير فى علاج الأثار والندبات

الناتجة من حب الشباب أو الندبات ويتميز بأنه يجرى عادة دون تخدير كلى أو موضعى

ونادرا مايسبب أى أثار جانبية ويجرى بالعيادة ويكرر للحصول على نتائج طيبة .

التقشير الكيميائى :

أنتشرت هذه الطريقة الآن بشكل كبير لسهولتها ولدخول أخصائى الأمراض الجلدية حديثا فى

تجميل الجلد نظرا لأنها لاتحتاج لجراحة أو تخدير كلى فى معظم الأحوال ويتم تقشير الطبقات

السطحية للجلد بمادة كاوية مثل حمض التيتراكلوروأسينك وحمض الجلايكوليك حيث يتم مسح

البشرة طبقة تلو الطبقة حسب العمق المراد وبأستعمال تركيزات متفاوتة, وهى مناسبة جدا

للبشرة البيضاء وليست مناسبة للبشرة السمراء أو الداكنة لأنها قد تؤدى فى أحيان لحدوث بقع

جلدية إلا إذا أجريت لإحداث تأثير سطحى فقط.

ويجب دراسة وتحضير البشرة قبل الإجراء وعدم التعرض للشمس وإستعمال الكريمات المخصصة لذلك للحصول على نتائج جيدة. وهناك بعض الكريمات التي تقوم بعمل تقشير خفيف للبشرة وتستعمل لنفس الأسباب.

ويمكن استعمال تقشير البشرة مع عمليات شد الوجه للحصول على نتائج جيدة .

الليزار:

إستعمال الليزار فى الطب أحدث ثورة كبيرة فى طرق العلاج وخاصة فى طب العيون وجراحة التجميل , وكلمة ليزار هي الحروف الأولى للكلمات الأنجليزية التي تعنى (تضخيم الضوء بتحفيز إنبعاث الأشعة) وذلك لإنتاج ضوء ذو لون طيفى واحد ويسير فى خط مستقيم ومتوازى وهو بذلك يختلف عن الضوء العادى الذى يحوى كل ألوان الطيف وينتشر فى الإتجاهات المختلفة عند إنبعائه من المصدر. وتوجد عدة أنواع من الليزار حسب الوسط المستخدم لإنتاجه, ولكل نوع من الليزار توجد خواص تميزه عن الأنواع الأخرى يمكن إستخدامها لتحقيق هدف معين. وإنتاج الليزار يشبه إلى حد كبير اللمبات النيون المستعملة فى البيوت حيث يتم إدخال الطاقة (الكهرباء) على الوسط (غاز النيون) لإنتاج ضوء ذو خواص معينة (فى هذه الحالة الضوء الأبيض الشهير لللمبات النيون) .

ولذلك فإنه يوجد نوع من الليزار (الإكسيمر) يستخدم لإزالة الشعر وعلاج الوحومات السوداء وذلك لأنه يمتص بواسطة الصبغة السوداء الموجودة بالشعر والوحومات فيؤدى إلى تدميرها دون التأثير على بقية أجزاء الجلد. وهناك نوع آخر من اليزار (ثانى أكسيد الكربون) يستعمل لإستنصال الزوائد الجلدية ولتقشير البشرة . وهناك نوع آخر (كي تي بي و الإندياج) لعلاج الوحومات الدموية لأنه يمتص بواسطة الهيموجلوبين المؤكسد الموجود بالشعيرات الدموية فيدمرها ولايؤثر على الأنسجة الأخرى فيحفظها وهناك نوع آخر لتحسين البشرة وتحسين التجاعيد الدقيقة للوجه.

ولاشك أن تكنولوجيا تجزئة الليزار إلى شعاعات دقيقة والمسمى ال (Fractional laser)

أدى إلى تحسين النتائج وتقليل الآثار الجانبية مثل الإحمرار الزائد والذي يلزم المريض المنزل عدة أيام وهو من أحسن الأنواع التي تأتي بنتائج ممتازة فى شد الوجه وإزالة الندبات والبقع الجلدية.

وأظن أنه بعد هذه المقدمة فإنه يمكنك إستخلاص الأتى:

- 1- أن الليزر وسيلة جيدة لتحسين البشرة وعلاج التجاعيد الدقيقة وتقشير البشرة للتخلص من الحبيبات الدقيقة والبقع الجلدية والتخلص من الشعر الغير مرغوب فيه.
- 2- أن الليزر ليس بديل فعال لعمليات شد الوجه والرقبة وعلاج الترهلات الشديدة ولكنه يمكن أن يحسن التجاعيد الدقيقة فقط ويشد الجلد ويئيد من لمعانه وشفاء لونه.
- 3- أنه يجب التأكد من أن النوع المستخدم لحالتك هو النوع الصحيح حتى لاتتقى ضحية للإعلانات الخادعة ويستمر إستلاب مدخراتك يوم بعد يوم دون نتيجة .
- 4- أن اليزر لا يسبب حدوث سرطان بالجلد كما يدعى البعض وان الآثار الجانبية مثل حدوث التلون بالجلد يمكن تجنبها بالإستعمال الصحيح .

الميزوثيرابي

لاشك إن إستعمال المستحضرات الطبية المختلفة لإستعادة حيوية البشرة ورونقها له نفع كبير والطريقة الشائعة لذلك هو من خلال الكريومات المختلفة وهناك نوعين من الكريومات , الأول ينتج بواسطة شركات الأدوية ويحصل على ترخيص من وزارة الصحة والأخر ينتج بواسطة شركات التجميل التي تتفنن فى إنتاج عدد هائل من هذه الكريومات وبأسعار قد تكون خيالية فى بعض الأحيان. وفى رأى أن بعض هذه المنتجات يستحق الإهتمام ولكن عدد كبير منها لاينفع البشرة بل قد يضرها وذلك لأن هذه المستحضرات لاتحتاج للترخيص من وزارة الصحة لأنها لاتعتبر دواء ويتم تهريب بعضها دون أى ضوابط كالمتبع مع أى دواء.

وكلما زادت نسبة إمتصاص الجلد للمادة الفعالة بالكريم كلما زادت فعالية الكريم وهو ما جعل الأطباء يفكرون فى إبتكار طريقة العلاج بالحقن المباشر فى الأنسجة عن طريق إستعمال جهاز يقوم أوتوماتيكيا بضبط الكمية المحقونة وعمقها فى الجلد وهو جهاز الميزوجن (مسدس الحقن).

والحقيقة أنى أعترف أنى فى البداية أعتبرت هذا العلاج نوع من الدجل حتى رأيت بعينى أن هناك تحسن ملموس فى بعض مريضاتى الاتى قمن بعمل هذا العلاج فى الخارج فقامت بشراء الجهاز .

ويتم حقن مواد طبية مختلفة وهناك عدة بروتوكولات للعلاج والمواد الفعالة تتراوح ما بين فيتامينات و مادة حمض الهياالويورونك المشهورة والتي تجدد الأنسجة الجلدية وخاصة الكولاجين وبعض الأحماض الأمينية المهمة للبشرة وكذلك المادة التى تنمى خلاية البشرة السطحية (أبيدرمال جروث فاكتر).

ويتم الحقن على عدة جلسات وتكرر كل عدة شهور للحصول على نتائج طبية تساعد فى زيادة نضارة البشرة وإستعادة لونها الوردى المحبب للسيدات, كما تقوم بعلاج البقع الغامقة التى تظهر بالوجه نتيجة التعرض للشمس.

وتستعمل هذه الطريقة أيضا فى علاج تساقط الشعر وخاصة للسيدات.

زراع الشعر

الصلع ظاهرة طبيعية فى بعض الرجال وهناك من الممثلين المشهورين من يتميز بالصلع ولذلك فهو ليس ظاهرة مرضية أو مشوهة ولكن من الرجال من يشعر بالضيق من الصلع ويبحث عن علاج حيث يرى أن الصلع يقلل من وسامته ويؤثر على عمله .

والصلع عند الرجال يظهر فى مقدمة الرأس والمنطقة الوسطى فى أعلى الرأس فى حين أن الجانبين والخلف يتأثران بدرجة قليلة ويفسر ذلك بأن الشعر فى المنطقة الأمامية والوسطى يتأثر بهرمونات الذكوة أكثر من المناطق الأخرى.

وهناك طريقتين أساسيتين لزراع الشعر أولهما زراع الشعر الطبيعى بأخذ بصيلات من الشعر من خلف الرأس والذى لا يتأثر بصلع الرجال وتنقل هذه البصيلات إلى الأماكن الأمامية من فروة الرأس وتأخذ عدة شهور لتنمو ويمكن عمل خطوة أخرى للحصول على كثافة معقولة للشعر ويمكن قص هذا الشعر ومعالجته بطريقة طبيعية كالسيشوار والصبغة وهذه الطريقة هى الأكثر إستخداما فى الولايات المتحدة والعالم , والطريقة الأخرى هى زراع الشعر الصناعى بإستعمال ألياف صناعية تماثل لون الشعر الطبيعى وتغرز فى فروة الرأس وتتميز بالحصول على نتيجة فورية, والعيب الرئيسى لهذه الطريقة هو أن هذه الألياف الصناعية تفقد رونقها بالوقت ويفقد 10 % منها كل سنة ولذلك تحتاج للإعادة سنويا والعيب الأخر هو إحتمال حدوث إتهابات مزمنة وخراريج صديدية صغيرة فى أماكن غرز الألياف تحتاج للمتابعة الدورية والعلاج المستمر كما أن الألياف تعتبر غالية الثمن خاصة الأنواع الجيدة منها.

وتوجد طريقتين لزراع الشعر الطبيعى , الأولى بإستخدام جهاز يقوم بأخذ أسطوانة قطرها حوالى 2 ميليمتر من فروة الرأس بها عدة بصيلات من الشعر تتراوح من 3 إلى 8 حسب كثافة الشعر ثم يتم غرز هذه الإسطوانة فى المناطق المراد علاجها ويجب التحكم فى إتجاه الشعر للحصول على نتائج جيدة ويمكن إجراء هذه الجراحة تحت مخدر موضعى بالعيادة المجهزة.

والعيب الرئيسي لهذه الطريقة هو أن شكل الشعر يكون على هيئة مجموعات كالفرشاة ويمكن تجنب ذلك بعمل عدة صفوف من الشعر في الأمام وبين هذه الخصلات لتجنب هذا الشكل.

والطريق الثانية لزراع الشعر الطبيعي هي بأخذ شريحة بالمشروط مستطيلة من خلف الرأس حوالي 2 سم عرضاً و 10 سم طولاً يتم تقطيعها إلى بصيلات تحتوي على شعرة واحدة أو اثنتين يتم غرزها في المناطق الأمامية للرأس وتحتاج لصبر كبير من الجراح والمساعدين للحصول على نتائج جيدة وتتميز بأنها تكون أكثر طبيعية ويمكن استعمال الطريقة الأولى للحصول على غزارة أكثر للشعر والطريقة الثانية في الأمام للحصول على شكل أكثر طبيعية.

ويمكن إجراء هذه الجراحات تحت مخدر موضعي ويمكن العودة للعمل بعد عدة أيام بعد رفع الغيارات ولا تحتاج لحلق الرأس قبل هذه العمليات ونسبة نجاح الزرع تكاد تكون مائة بالمائة و لكن يختلف توقيت ظهور الشعر المزروع من شعرة لأخرى حسب دورة حياة هذه الشعرة.

ويمكن استعمال زرع الشعر الطبيعي لزيادة كثافة الشعر في الرجال في المنطقة المتوسطة من فروة الرأس وذلك لمنع ظهور الصلع أساساً .

تجميل الثدي

الثدى هو رمز الأنوثة عند المرأة وهو في نفس الوقت رمز العطاء والأمومة لها وعندما تحس المرأة أن هناك ما يشوب ثديها من عيب أو تغير تصاب بالإحباط وتفقد ثقتها بنفسها وبأنوثتها . والثدى كان وما زال محور إهتمام جراحى التجميل على مر العصور فعكفوا على دراسة الأمراض او التشوهات التى تصيب الثدي وكيفية علاجها بل أهتموا بتحديد مواصفات الثدي الجميل لتكون دليلا لأطباء التجميل. والثدى الجميل يتميز بتناسب حجمه مع الجسم ومن العيوب الرئيسية التى قد تعانين منها هو صغر أو كبر أو ترهل الثديين أو إختلاف حجم الثديين.

ومن أشهر العمليات التى تجرى هى عملية تصغير الثدي.

تصغير الثدي

السيدة التى لديها ثدى كبير وتمدلى ربما تعاني من مشاكل صحية جمة وذلك بسبب الوزن الزائد ومن الأم في الظهر والعنق وإلتهابات فطرية بالبشرة تحت الثدي إلى وجود عاهات في الهيكل العام ومشاكل في التنفس وقد يترك شريط الصديري آثار على أكتف وقد يمنع الفتاة من ممارسة الرياضة.

كما أن الثدي الكبير والمترهل بشكل غير عادي يمكن أن يجعل المرأة أو البنت الشابة تشعر بقلق نفسي مفرط لشعورها بالحرج وعدم الشعور بالثقة والجمال لنزوله على البطن وتسطح منطقة الصدر.

أن تصغير الثدي صمم لمثل هذه السيدات والعمليّة تتلخّص في إزالة الزيادة في الشحوم والغدد والجلد من الثدي وأيضا المنطقة الداكنة حول الحلمة والغرض هو إعطاء المرأة ثدي مناسب للجسد. وإذا كنت تفكرين في تصغير الثدي فإن هذه العمليّة يمكن تبسيطها لمعرفة متى يمكنك القيام بها؟ وكيف تتم؟ وما هي النتائج التي يمكن توقعها؟ ولا يمكن الإجابة على كل أسئلتك حيث أن الكثير يعتمد على حالتك الفردية. إن تصغير الثدي عادة يؤدي إلى الراحة الجسدية فضلاً عن تحسين وتجميل الجسد. وفي أغلب الحالات ، تصغير الثدي لا يمكن القيام به حتى يتم النمو الكامل لثدي المرأة ولكن هناك حالات يمكن القيام بها في وقت مبكر ، إذا كان الثدي الكبير سبب مشاكل صحية خطيرة مثل وجود بعض الأورام الحميدة المتكررة.

ومن الأفضل إن تقوم السيدات الناضجات بفهم الأجراء وإدراك التوقعات الفعلية لعمليات تصغير الثدي ، ولا يوصى بها للسيدات اللاتي يرغبن في الإرضاع فى المستقبل حيث قد تؤدي هذه العمليات لصعوبة الرضاعة.

إن تصغير الثدي عملية آمنة ، إذا تمت بواسطة جراح تجميل متخصص ومثل أي جراحة ، هناك إمكانية حدوث بعض المضاعفات ، بما فيه النزيف ، التأثير على الرضاعة أو الإلتهابات الطفيفة ويمكن معالجتها بالمضادات الحيوية والغيار .

ويمكن لك تقليل المخاطر وذلك بالمتابعة الدقيقة لنصائح طبيبك قبل وبعد الجراحة لان الجراحة تترك آثار دائمة يمكن ملاحظتها وبالطبع تغطي بالصديري أو ملابس السباحة وللعلم فإن الشفاء البطيء وأثار المشروط العريضة توجد بصورة عامة وسط المدخنات ويمكن للعملية أن تؤدي لعدم تناسب طفيف في الثديين وبحلمات غير متوازنة بدرجات متفاوتة حسب مهارة الطبيب.

وبعض السيدات ربما يعانين من فقدان الإحساس في الحلمات ونادرا ما تفقد الحلمة أو المنطقة الداكنة حولها إمداد الدماء ويؤدي ذلك لموت الأنسجة بالحلمة والمنطقة الداكنة ويمكن إعادة بنائها وذلك بأخذ جلد من بعض أجزاء الجسد .

التخطيط لعمليتك الجراحية

أثناء الاستشارة الأولية ، عليك مناقشة طبيبك بكل صراحة عن كافة التوقعات والاستماع لرأيه فكل مريضة وكل طبيب أيضا لديه رؤية مختلفة عن حجم وشكل الثدي المرغوب فيه .

يقوم الطبيب الجراح بفحص وقياس ثديك وربما يقوم بتصويره وذلك كمرجع أثناء العملية الجراحية وما بعد الجراحة ويقوم الطبيب بمناقشة ووصف العملية بالتفصيل موضحا المخاطر ويكون متأكدا من فهمك لآثار الجروح الناتجة وأيضا

على الجراح توضيح التخدير الذي سوف يقوم باستخدامه والمكان الذي يتم فيه الجراحة والتكاليف .

يمكن أو ربما يطلب منك الطبيب صورة أشعة للثدي قبل الجراحة وأيضا يجب عليك بأخذ التعليمات والإرشادات عن كيفية الإعداد والتجهيز للعملية بما في ذلك الخطوط العريضة للأكل والشرب ، والتدخين مع اخذ وتجنب أنواع معينة من الأدوية كالأسبرين وموانع الحمل وبعض الجراحين يقترحوا على مرضاهم عمل حمية غذائية قبل العملية .

أن تصغير الثدي لا يحتاج عادة لنقل الدم ولكن في حالة الجراحة التي تزال فيها كمية كبيرة من الأنسجة فربما ينصح الطبيب بسحب وحدة دم قبل العملية وفي هذه الحالة ينقل الدم الذي قد سحب منك من قبل بمعنى إن الدم الخاص بك يمكن أن يستخدم في العملية وعند التحضير والإعداد للجراحة لابد من تجهيز شخص لاخذك إلى المستشفى ومرافقتك لعدة أيام.

مكان إجراء الجراحة

جراحات تصغير الثدي عادة تقام في المستشفى وأجراء الجراحة بصورة عامة تستمر لمدة ساعتين إلى أربعة ولكن بعض الحالات ربما تأخذ زمتا أطول لذا يمكن توقع المكوث في المستشفى من يوم إلى ثلاثة أيام حسب الحالة ولاينصح بالخروج في نفس اليوم كما ينشر في بعض الإعلانات .

نوع التخدير

جراحات تصغير الثدي بالتقريب كليا تتم تحت التخدير الكامل ، لذا ستكونين نائمة طول فترة الجراحة وفي بعض الأثناء الصغيرة يمكن إجراء الجراحة تحت التخدير الموضعي.

الجراحة

تقنيات جراحات تصغير الثدي متعددة ولكن الأغلب شيوعاً يتم فيها فتح جراحي بشكل الدائرة حول المنطقة الداكنة حول الحلمة وجرح أخرج عمودي يمتد إلى تحت وقد يحتاج الجراح لجرح آخر عرضي أسفل الثدي داخل الانحناء الطبيعية تحت الثدي ، يقوم الجراح بإزالة الأنسجة والغدد ، الدهون والجلد وتحريك الحلمة والمنطقة الداكنة إلى الموضع الجديد ، ويقوم الطبيب بجلب الجلد من كل جانبي الثدي إلى تحت إلى المنطقة الداكنة حول الحلمة ، يعطي الشكل الجديد للثدي ويمكن استخدام شفط الدهون الزائد من مناطق الإبط.

وتظل الحلمة موصلة بالأوعية الدموية والأعصاب المغذية وفي بعض الأحيان يمكن استخدام تقنيات لإزالة الجزء العمودي أو العرضي لآثر الجراحة ، وإذا كان المراد فقط سحب الدهون فأن عملية شفط الدهون هو كل ما يستخدم لتصغير حجم الثدي ، وهذه العملية تترك آثار جراحة طفيفة .

بعد الجراحة

بعد الجراحة يلف الثدي بصديري جراحي على ضمادة وقد يترك أنبوب صغير لشفط السوائل ليومين . ربما تشعرين ببعض الألم في اليومين الأولين خاصة عندما تتحركين و قليل من عدم الارتياح لعدة أيام. وسوف يقوم الجراح بإعطائك الوصفات الدوائية لتقليل الألم والمضادات الحيوية ويمكن رفع الرباط بعد يوم أو يومين من الجراحة - وسوف تستمري في ارتداء الصديري على مدار اليوم لمدة أسابيع حتى زوال الورم والانتفاخ ويمكنك الإستحمام من اليوم الثالث ووضع بعض الكريمات أو رزاز المضادات الحيوية.

وعادة لا يحتاج الجراح لرفع الخيوط حيث تتم خياطة الجرح بخيوط تحت الجلد تذوب بعد عدة أسابيع ويمكن استخدام مادة مرطبة لعدة مرات في اليوم ولكن كوني متأكدة من ترك مكان الخياطة جافاً .

أول حيض لك بعد الجراحة يمكن أن يسبب لك انتفاخ و ألم في الثدي وربما تشعرين بنوبات ألم في الشهور الأولى ، وربما تشعرين بفقدان الإحساس في الحلمة والمنطقة الداكنة حول الثدي بسبب الانتفاخ بعد العملية ، هذه الحالة تختفي خلال الأسابيع الستة التي تلي بعد الجراحة وفي بعض السيدات الحالة ربما تستمر هذه الحالة لمدة عام أو أكثر عرضيا أو باستمرار .

يمكنك العودة إلى الحياة الطبيعية بعد حوالي أسبوعين إلا انك ربما تتألمين عرضيا من وقت لآخر ولا يجب عليك حمل أو دفع أى شئ ثقيل لمدة ثلاثة أو أربعة أسابيع، وسوف يعطيك طبيبك الإرشادات المفصلة لاستئناف حياتك الطبيعية وأغلب السيدات يعدن إلى أعمالهن إن كانت غير شاقة و أنشطهن الاجتماعية خلال أسبوعين ولكن سوف يكون قوة تحملك اقل لعدة أسابيع ، ويجب عليك الحد من التمارين وشد الجسد أو الانحناءة أو الثني والسباحة حتى عودة مستوى طاقتك ، و عليك بارتداء الصديري للدعم ، وربما يتم إرشادك بعدم الجماع لمدة أسبوع أو أكثر حيث الإثارة الجنسية يمكن أن يسبب الانتفاخ لاثار الجراحة الداخلية وتجنب أي شئ عدا الملامسة بلطف على الثدي لحوالي ستة أسابيع .

كمية قليلة من السوائل شئ طبيعي ينزل من الجرح وأيضا القشور شئ طبيعي وإذا كانت لديك أي أعراض غير عادية ، كالنزف أو الألم الشديد ، لا تتردى في الاتصال بطبيبك .

وعادة يتم تحليل الجزء المستأصل للتأكد من عدم وجود أورام ولذلك فإن هذه الجراحة تؤدي للإكتشاف المبكر للأورام بعكس الإنطباع السائد عند بعض الناس .

شد ورفع الثدي

يمكن إستخدام نفس التقنية السابقة لرفع الثدي دون تصغيره وذلك بإستئصال الجلد الزائد فقط ولايستئصل أى من الأنسجة الدهنية أو اللبنية.

وعادة ماتكون هذه الجراحة أسرع وأقل صعوبة من تغير الثدي.

وقد يتم رفع الثدي بوضع حشو من السيليكون كعمليات تكبير الثدي والتي سوف يتم ذكرها لاحقا.

تكبير الثدي