



أستاذ دكتور/ أشرف أبو الفتوح خليل
أستاذ جراحة التجميل - كلية الطب، جامعة القاهرة
- استشاري الجراحة التجميلية والترميمية
- عضو كلية الجراحين الملكية - إنجلترا
- زميل البورد الأوروبي للجراحة التجميلية والترميمية
- عضو الجمعية الأمريكية لجراحي التجميل

تجميل الجفن

Blepharoplasty

عيادة Breast and Body للجراحات التجميلية والترميمية

العنوان: برج إيليت الطبي - شارع زهراء المعادي، المعادي، القاهرة - الدور الثالث، 11742

موبايل: 01014199440 - واتساب: 01281228352

ما هو تجميل الجفن؟*

جراحة تجميل الجفن هي إجراء جراحي لتحسين مظهر الجفون، سواء الجفن العلوي أو الجفن السفلي أو كليهما. وقد يتم اللجوء إلى تجميل الجفون بهدف تحسين المظهر أو معالجة بعض المشاكل الوظيفية للجفن والمتعلقة في الأغلب بمجال الرؤية. وبالتالي فإن جراحة الجفن تساعد في تجديد المنطقة المحيطة بالعين بشكل عام مما يحد من مشكلات الرؤية، ويجعل عينيك تبدو أصغر وأكثر انتباهًا.

اضغط للاطلاع على الفيديو التوضيحي¹: [تجميل الجفن السفلي](#) - [تجميل الجفن العلوي](#)

قبل الجراحة... الاستعدادات والتوقعات

- يتم إجراء مقابلة تفصيلية مع الفريق الطبي تتناول الآتي:
 - التعرف على تاريخك الطبي والحالة الصحية الراهنة، وبالأخص المتعلقة جفاف العين والمياه الزرقاء والحساسية ومشكلات الدورة الدموية ومشكلات الغدة الدرقية والداء السكري.
 - مراجعة مؤشرات الفحص البدني وفحص الرؤية ونتائج الاختبارات المعملية، والتي قد تتضمن فحص إفراز الدموع وقياس أجزاء من جفون العيون، وفحص العيون والرؤية بما يشمل الرؤية المحيطية.
 - شرح تفاصيل العملية بما في ذلك المخاطر والتعقيدات المحتملة ومراحل التعافي، وكذلك التوقعات والنتائج المنتظرة وفقاً للحالة.
 - أخذ صور للجفون من زوايا مختلفة.
 - تحديد المستشفى والاتفاق على ميعاد إجراء الجراحة.

• تعليمات هامة قبل الجراحة:

- يجب تجنب كل من الأدوية التي تحتوي على الأسبيرين أو الأيبوبروفين، وكذلك العلاجات العشبية والمكملات الغذائية والفيتامينات، لمدة أسبوع قبل العملية، لتفادي فرص النزيف.
- يجب الالتزام بالأدوية التي قد يصفها فريقنا الطبي وفقاً لحالتك الصحية والمراجعة الطبية التي تم إجراؤها.
- يجب التوقف عن التدخين، لمدة 3 أسابيع قبل العملية.
- يلزم الترتيب لوجود شخص مساعد يصحبك إلى المنزل ويقيم معك لمدة ليلة على الأقل بعد العملية.

*تم الاستقاء وإعادة الصياغة من مصدرين هما الأكثر مصداقية وشيوعاً في مجال جراحة التجميل:

American Society of Plastic Surgeons:

<https://www.plasticsurgery.org>

Mayo Clinic: <https://www.mayoclinic.org/>

¹ <https://bit.ly/2zV67yw> <https://bit.ly/2EtfG5c>

– يجب الترتيب للبقاء بالمنزل لمدة أسبوع على الأقل بعد العملية.

خلال الإجراء / العملية الجراحية

- التخدير: يتم مناقشة نوع التخدير وتحديد مع الطبيب قبل الجراحة، حيث عادة ما يتم استخدام التخدير الموضعي مع مخدر لمساعدتك في الاسترخاء.
- التدخل الجراحي: في حالة تجميل الجفون العلوية، يتم عمل جرح على طول طية الجفن، ويزيل بعض الجلد الزائد، والعضلات، وربما الدهون، ثم يغلق الجرح. أما بالنسبة للجفون السفلية، فيتم عمل قطعاً أسفل الرموش تمامًا في تجعيد العين الطبيعي أو داخل الجفن السفلي، ثم إزالة الدهون الزائدة، والعضلات، والجلد المترهل أو إعادة توزيعهم، ثم إغلاق القطع. أما إذا كان الجفن العلوي يتدلى بالقرب من حدة العين، فقد يُجري الجراح جراحة رأب الجفن مع إجراء يسمى جراحة التدلي الذي يقدم دعم إضافي إلى عضلة الحاجب.
- عادة ما يتم إغلاق جروح الجفن بالخياط، ويتم إزالة الغرز في غضون أسبوع واحد.
- قد يتم أيضًا استخدام الليزر لتقليل تلون الجفون السفلية.
- تستغرق العملية من ساعة إلى ساعتين، اعتماداً على التفاصيل الجراحية وحالة المريض .

بعد الجراحة

- في أغلب الحالات، يمكن مغادرة المستشفى في نفس اليوم، أو وفقاً للحاجة/الضرورة كما تظهر حالة المريض.
- قد تشعر -مؤقتًا- بالآتي:

– عدم وضوح الرؤية نتيجة مرهم التليين الذي تم وضعه على عينيك

– عيون دامعة

– الحساسية تجاه الضوء

– الرؤية المزدوجة

– انتفاخ وتنميل بالجفون

– ألم أو شعور بعدم الراحة

- يتم إزالة الغرز خلال أسبوع من الجراحة.



الإجراءات الوقائية بعد الجراحة

1. استخدم أكياس الثلج على عينيك لمدة 10 دقائق كل ساعة في الليلة التالية للجراحة. وفي اليوم التالي، استخدم علب الثلج على عينيك من 4 إلى 5 مرات على مدار اليوم.
2. نظف جفونك بلطف واستخدم قطرة أو مراهم محددة كما يتم وصفها لك من قبل فريقنا.

3. تجنب الإجهاد والأنشطة الشاقة، مثل: التمارين الرياضية والركض، ورفع الأحمال الثقيلة، والسباحة لمدة 3 أسابيع.
4. تجنب التدخين.
5. تجنب فرك عينيك.
6. إذا كنت تستخدم عدسات لاصقة، فلا تضعها لمدة أسبوعين تقريبًا بعد الجراحة.
7. عليك ارتداء نظارات شمسية داكنة اللون لحماية جلد الجفون من الشمس والرياح.
8. عليك بالنوم ورأسك مرفوع أعلى من صدرك لمدة أسبوع بعد العملية.
9. تجنب الأدوية التي تحتوي على الأسبيرين أو الأيبوبروفين وكذلك العلاجات العشبية والمكملات، لمدة أسبوع بعد العملية، حيث قد تزيد هذه الأدوية من النزيف. لا تتناول إلا الأدوية التي يصفها لك فريقنا الطبي.

النتائج ومراحل التعافي

- تتميز نتائج جراحة الجفن بكونها طويلة الأمد. وعلى الرغم من إمكانية العودة للحياة الطبيعية في غضون 10-14 يومًا بالتزامن مع تلاشي أثر التورم أو الكدمات، إلا أن التعافي الكامل قد يستغرق الأمر بضعة أشهر.
- قد يستغرق اختفاء الندوب من الشقوق الجراحية شهورًا، لذلك يجب الحرص على وقاية جلد جفك الرقيق من فرط التعرض لأشعة الشمس طوال تلك الفترة.

المتابعة

في البداية يتم المتابعة من خلال الزيارة في العيادة من مرة إلى مرتين أسبوعيًا، لمدة شهر من تاريخ العملية. وفي الشهر التالي، يتم إجراء زيارة كل أسبوعين. ثم تكون هناك متابعة شهرية (مرة في الشهر) لمدة 6-12 شهرًا.

المخاطر المحتملة

إن قرار إجراء الجراحة التجميلية هو قرار شخصي بالدرجة الأولى، وبالتالي فعليك أن تقرر ما إذا كانت الفوائد المنتظرة ستحقق أهدافك، وما إذا كانت المخاطر والمضاعفات المحتملة مقبولة أمام العائد من التدخل التجميلي. كما هو الحال مع أية إجراء جراحي، سيطلب منك التوقيع على نماذج الموافقة للتأكد من فهمك الكامل للإجراء وأي مخاطر أو مضاعفات محتملة، ويتم أخذ صور قبل وبعد العملية لفترات مختلفة لمتابعة التقدم. وإن المخاطر المحتملة لجراحة الجفن نادرة جدا وقد تشمل الآتي:

- العدوى والنزف.
- احمرار وجفاف العين.
- صعوبة في إغلاق العين.
- وجود تندب.

الدواء

R/Tavanic 500 mg	قرص واحد لمدة 5 أيام
R/Ketolac SR	قرص واحد كل 12 ساعة بعد الأكل لمدة 5 أيام
R/Panadol 500mg	2 قرص كل 8 ساعات
R/Alphintern tab	2 قرص كل 8 ساعات قبل الأكل بنصف ساعة لمدة من 2-3 أسابيع
R/Tymer drops	3 مرات في اليوم
R/Tobradex	مرهم قبل النوم
R/Cornere eye gel	مرتين في اليوم
R/Systane gel eye drops	3 مرات في اليوم
R/Controloc 40mg	قرص واحد قبل الفطار لمدة 10 أيام