



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

# تكبير الثدي

## Breast Augmentation

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 تكبير الثدي؟\*

يُعد تكبير الثدي هو إجراء تجميلي لاستعادة حجم الثدي الطبيعي وشكله الجمالي. فإن عملية تكبير الثدي سوف تساعدك في تحسين مظهركِ، إذا كنتِ تعتقدين أن ثديكِ صغيران أو أن أحدهما أصغر من الآخر. كما تساعد في تصحيح انكماش حجم الثديين بعد الحمل أو بعد فقدان قدر كبير من الوزن. وكذلك تصحيح الاختلاف في حجم الثديين بعد إجراء جراحة بالثدي لعلاج مشكلات أخرى. ومن ثم فبعد عمليه تكبير الثدي سوف تستعيدين جمالك وثقتك بنفسك وبأنوثتك.

اضغطي [هنا](#) للاطلاع على الفيديو التوضيحي<sup>1</sup>.

### قبل الجراحة... الاستعدادات والتوقعات

- قبل أن تُقرري الخضوع لجراحة تكبير الثدي، ينبغي العلم بما يلي:
  - عملية تكبير الثدي لا تصحح التدي الشديد للثديين، حيث أنه في حالة ترهل الثدي بشدة قد تكون هناك حاجة إلى شد الثدي مع التكبير ليبدو ممتلئاً ومرفوعاً. ويمكن أن تتم عملية شد الثدي في نفس الوقت الذي يتم فيه تكبير الثدي أو قد تتطلب عملية منفصلة.
  - لا يوجد ضمان ببقاء حشوات السيليكون في الثدي مدى الحياة: حيث يبلغ متوسط العمر الافتراضي لغرسة الثدي 10 سنوات تقريباً. ومن الوارد أن تتعرض الغرسة للتمزق خلال تلك الفترة. سوف يستمر ثديك في التقدم في العمر، وقد تؤدي عوامل مثل زيادة الوزن أو نقصانه إلى تغيير مظهرهما. وعليه، فمن المرجح أن تؤدي هذه المشكلات إلى إجراء جراحات أخرى.
  - قد يكون إجراء تصوير الثدي الشعاعي (الماموجرام) أكثر تعقيداً: فإذا كانت لديك حشوات السيليكون في الثدي ستحتاجين بجانب تصوير الثدي الشعاعي الروتيني إلى التقاط صور إضافية متخصصة.
  - قد تحتاجين إلى جراحة إضافية بعد إزالة حشوات السيليكون من الثدي: في حال قررتِ إزالة غرسات الثدي، فقد تحتاجين إلى عملية رفع للثدي أو غيرها من الجراحات التصحيحية للمساعدة في استعادة مظهر الثدي.
- قبل الجراحة، يتم إجراء مقابلة تفصيلية مع الفريق الطبي تتناول الآتي:
  - التعرف على تاريخك الطبي والحالة الصحية الراهنة، ومراجعة مؤشرات الفحص البدني ونتائج الاختبارات المعملية التي يوجه الجراح بإجرائها قبل 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/>

<sup>1</sup> <https://bit.ly/2zvSyp9>

- مناقشه تفضيلاتك بالنسبة لحجم الثديين وملمسهما ومظهرهما، وكذلك نوع الحشوات ومقاسها الأنسب، ومن ثم الاتفاق عليها.
- أخذ صور للثديين قبل العملية وعرض الشكل المتوقع بعد التدخل التجميلي من خلال تطبيق حاسوبي.
- شرح تفاصيل العملية بما في ذلك المخاطر والتعقيدات المحتملة، ومناقشة التوقعات والنتائج المنتظرة وفقاً للحالة، وكذلك ومراحل التعافي.
- يمكن إجراء محاكاة 3D لك لإعادة البناء القائم على الزرع للحصول على فكرة عن النتائج المتوقعة بأحجام زرع مختلفة.
- تحديد المستشفى والاتفاق على ميعاد إجراء الجراحة.

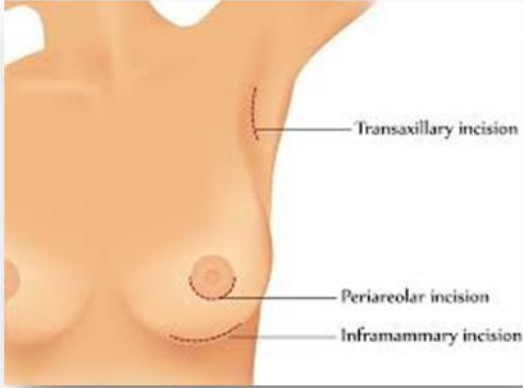
#### • تعليمات هامة قبل الجراحة:

- يجب تجنب كل من الأدوية التي تحتوي على الأسبيرين أو الأيبوبروفين والفيتامينات، وكذلك العلاجات العشبية والمكملات، 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.
- يجب الترتيب للبقاء بالمنزل لمدة أسبوع على الأقل بعد العملية.

#### خلال الإجراء / العملية الجراحية

- التخدير: يتم مناقشة نوع التخدير وتحديده مع الطبيب قبل الجراحة، حيث قد يتم اللجوء إلى التخدير النصفى أو التخدير الكلي وفقاً لطبيعة الحالة والتدخل المطلوب.
- يقوم الجراح بعمل جرحاً واحداً لإدخال غرسة الثدي في أحد مواضع ثلاثة: الطية الموجودة تحت الثدي (تحت الثديية)، أو حول الحلمة (حول اللعوة)
- يتم فصل نسيج الثدي عن عضلات الصدر وأنسجته الضامة لصنع جيب خلف عضلة جدار الصدر الخارجية أو أمامها (العضلة الصدرية)، ومن ثم إدخال الغرسة في هذا الجيب.
- ثم يُغلق الشق - عادة باستخدام عُرز جراحية داخلية فلا داعي لفك الغرز.
- تستغرق العملية من ساعة إلى ساعتين اعتماداً على التفاصيل الجراحية وحالة المريض.

## بعد الإجراء / العملية الجراحية



- في أغلب الحالات، يمكن مغادرة المستشفى في نفس اليوم، أو وفقاً للحاجة/الضرورة كما تظهر حالة المريض.
- سوف تشعرين بامتلاء الثدي وإحساس بعدم الراحة وبعض الألم أو التورم، فلا تقلقي سوف يتحسن هذا الإحساس مع مرور الوقت.
- إذا لاحظتِ دفئاً واحمراراً في ثديك، أو شعرتِ بالحمى، فربما تكونين أصبتِ بالتهاب. فتواصلي مع فريقنا الطبي فوراً.
- يُنصح بوضع السيليكون جيل بعد شهر من العملية على الجرح، وذلك لمدة 3-6 أشهر.

## الإجراءات الوقائية بعد الجراحة

1. الحفاظ على لبس حمالة الثدي الرياضية (برا) على المقاس الجديد بعد أسبوع من العملية ولمدة شهرين، ويشترط أن يكون مريحاً وخامة قطنية جيدة وغير ضاغط. ويعد ذلك من أهم عوامل نجاح العملية والحفاظ على الشكل الجمالي.
2. الحفاظ على النوم على السرير بزاوية 45 درجة لمدة أسبوع بعد العملية.
3. غير مسموح بالرياضة العنيفة (الجري - السباحة)، وكذلك لا يُنصح بحمل الأشياء الثقيلة لمدة 6 أسابيع من العملية.
4. المساج بعد أسبوع إلى 3 أسابيع من العملية. يمكنك القيام به بنفسك في المنزل أو الرجوع إلى العيادة للتوجيه والمساعدة. اضغطي [هنا](#) للاطلاع على أحد الفيديوهات التوضيحية لعمل المساج<sup>2</sup>.
5. تجنب الأدوية التي تحتوي على الأسبيرين أو العلاجات العشبية والمكملات، حيث قد تزيد هذه الأدوية من النزيف. لا تتناول إلا الأدوية التي يصفها لك فريقنا الطبي.
6. يجب التوقف عن التدخين، لأنه يبطئ عملية الشفاء وقد يجعلك أكثر عرضة للإصابة بالعدوى.
7. الراحة وتناول الأطعمة الغنية بالألياف، مثل الفاكهة والخضروات لتجنب حالات الإمساك. فمن الممكن أن يتسبب الإمساك في الإرهاق والضغط على موقع الجراحة.
8. يجب الحد من الأملاح في نظامك الغذائي للتخلص من التورم على نحوٍ أسرع.

<sup>2</sup> <https://youtu.be/FnJKPV7XOTI>

## النتائج ومراحل التعافي

- بينما ينتج عن عملية تكبير الثدي أكبر على الفور، قد تستغرق النتائج النهائية بضعة أسابيع مع انحسار التورم وتمدد الجلد.
- من الوارد أن تظهر كدمات بالإضافة إلى الالتهاب والتورم. ومن المتوقع أن تتلاشى الندوب، لكنها لن تختفي تمامًا.
- يُسمح بالرياضة الخفيفة كالمشي والعودة للأنشطة اليومية بعد أسبوع من العملية.
- تستطيعين العودة للعمل الخفيف (العمل المكتبي) بعد حوالي أسبوع من العملية.
- بمرور الوقت، سيتغير شكل ثديك بسبب عوامل السن، وتقلبات الوزن، وكذلك العوامل الهرمونية والجاذبية. لذا، قد يخضع بعض المرضى لعملية رفع الثدي أو استبدال الزرع لاستعادة الشكل الجمالي للثديين.

## المتابعة

في البداية يتم المتابعة من خلال الزيارة في العيادة 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.

وتشمل المخاطر المحتملة لجراحة تكبير الثدي الآتي:

- تندُّب النسيج، مما يشوه شكل غرسة الثدي (التقلص الكبسولي)
- ألم الثدي
- العدوى
- تغيرات في الحلمة والإحساس في الثدي
- تغير موضع الغرسة
- تسرب السيليكون أو تمزقه

## الدواء

|                   |   |
|-------------------|---|
| R/Tavanic 500mg   | قرص واحد يوميا لمدة 5 أيام                              |
| R/Alphintern      | 2 قرص كل 8 ساعات قبل الأكل بنصف ساعة لمدة من 2-3 اسابيع |
| R/Ketolac SR      | قرص واحد كل 12 ساعة بعد الأكل لمدة 5 أيام               |
| R/Panadol 500mg   | 2 قرص كل 8 ساعات  |
| R/Controloc 40mg  | قرص واحد قبل الفطار لمدة 10 أيام                        |
| R/Neurontin 300mg | قرص واحد قبل النوم لمدة 5 أيام                          |