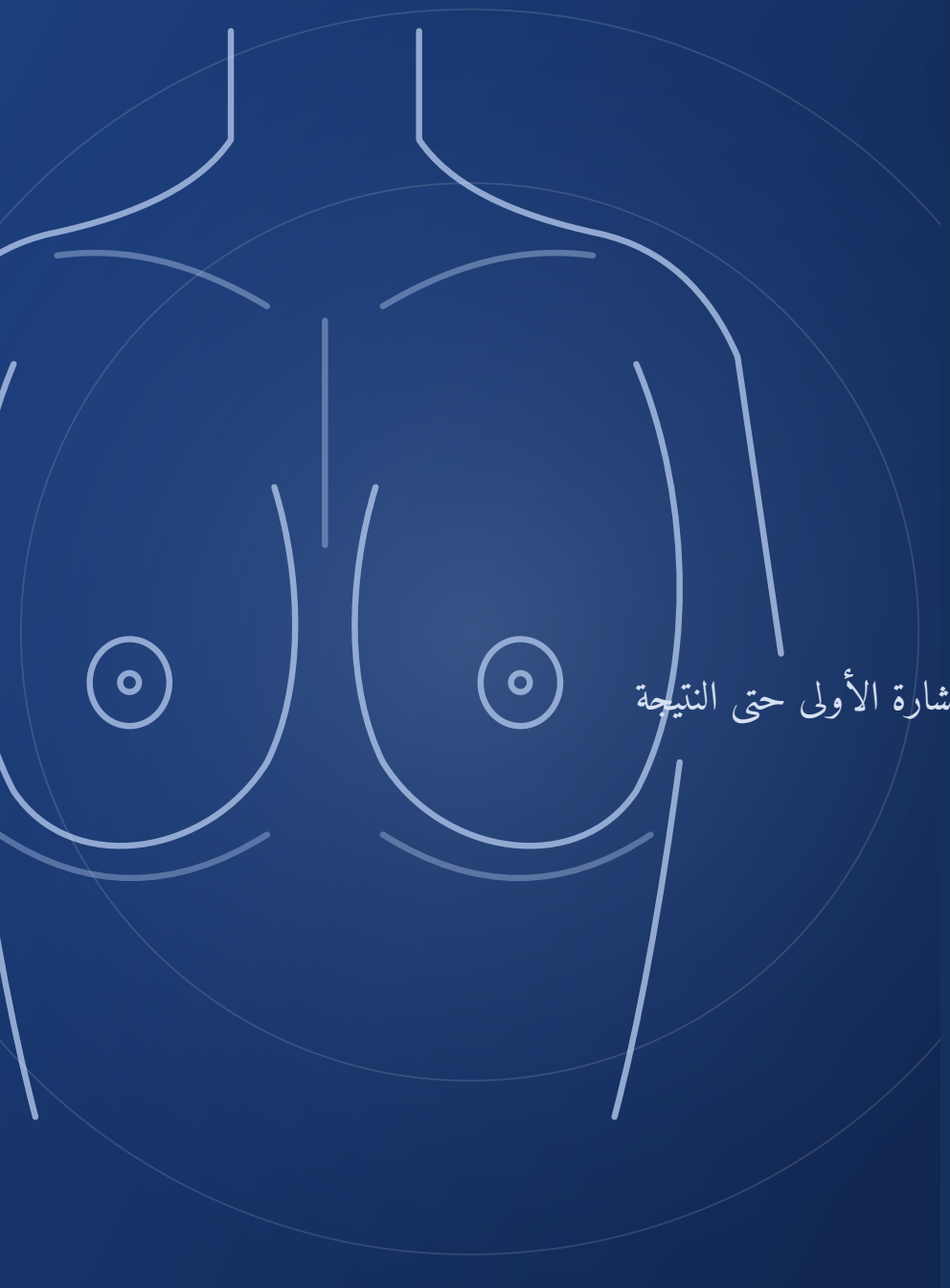
Plastic Surgery Institute



دليل المريضة · رفع الثدي

شدّ الثدي

كل ما تحتاج إلى معرفته، من الاستشارة الأولى حتى النتيجة النهائية.

01 ما هي عملية شدّ الثدي؟
02 الاستشارة والتحضير
03 العملية خطوة بخطوة
04 التعافي والنتائج
05 المخاطر والسلامة
06 التكلفة واختيار الجرّاح



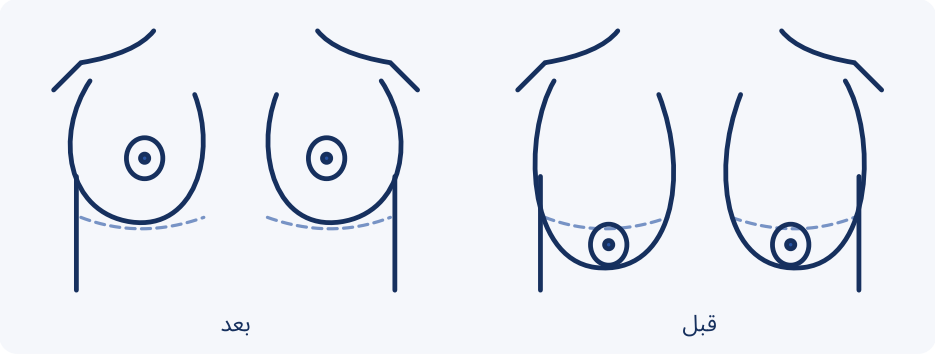
د. عماد شحادة

معهد الجراحة التجميلية
63 شارع الصوراتي، بناية حمرا نصيف، الطابق الأول، بيروت، لبنان
هاتف 9611746345+ · واتساب 9613307854+
psi@psi-lb.com

01 · الأساسيات

ما هي عملية شدّ الثدي؟

شدّ الثدي، أو رفع الثدي، عملية ترفع الثديين وتعيد تشكيلهما بإزالة الجلد الزائد وشدّ الأنسجة الداعمة. وقد تُصغّر أيضًا الهالة المتّسعة، وهي الجلد الملوّن المحيط بالحلمة.



رسم تخطيطي للتوضيح فقط، وليس ضمانًا للنتيجة. موضع الثدي والحلمة في الرسم لا يتنبّأ بنتيجتك الشخصية.

لماذا يتغيّر شكل الثديين؟

قد يؤثّر الحمل والرضاعة وتقلّب الوزن والتقدّم في العمر والجاذبية والوراثة في شكل الثديين وتماسكهما مع فقدان الجلد مرونته.

هل العملية مناسبة لكِ؟

اتّخذي القرار لنفسكِ، لا لإرضاء شخص آخر أو لمطابقة صورة مثالية. تكون المرشّحة المناسبة بصحة جيدة ووزن مستقر، وغير مدخّنة، ولديها توقّعات واقعية.

- ترهّل الثديين أو تسطّحهما أو استطالتهما أو تدلّيهما، وفقدان الشكل أو الامتلاء
- وجود الحلمتين أسفل ثنية الثدي عند عدم ارتداء حمّالة، أو اتجاه الحلمتين والهالتين إلى الأسفل
- تمدّد الجلد أو اتّساع الهالتين أو انخفاض أحد الثديين أكثر من الآخر

الشدّ ليس هو التكبير

لا يغيّر شدّ الثدي حجمه بدرجة كبيرة. وقد تضيف غرسة اختيارية امتلاءً في الجزء العلوي، أثناء الشدّ أو في عملية منفصلة. الغرسات ليست ضرورية لشدّ الثدي. ناقشي خطط الحمل وتغيّرات الوزن الكبيرة، فقد تؤثّر في النتيجة.

02 · قبل الجراحة

الاستشارة والتحضير

يساعد الحوار الصريح عن صحتكِ وتوقّعاتكِ ومخاوفكِ على وضع خطة تناسبكِ. والشعور ببعض القلق طبيعي؛ اطرحي أسئلتكِ وعبّري عن مشاعركِ أثناء الاستشارة.

استعدّي لمناقشة

- أهدافكِ وأمراضكِ وحساسيتكِ تجاه الأدوية وعلاجاتكِ
- جميع الأدوية والفيتامينات والمكمّلات العشبية، واستخدام الكحول والتبغ وأي مواد أخرى
- العمليات السابقة، والتاريخ العائلي لسرطان الثدي، ونتائج تصوير الثدي الشعاعي أو خزعات الثدي السابقة

سيقوم الجرّاح بما يلي

- تقييم صحتكِ وعوامل الخطر، وفحص الثديين وقياس حجمهما وشكلهما وجودة الجلد وموضع الحلمتين والهالتين
- التقاط صور للملف الطبي ومناقشة الخيارات المتاحة
- شرح الخطة والتخدير والنتائج المتوقّعة والمخاطر والمضاعفات المحتملة

الاستعداد للجراحة

بحسب صحتكِ والخطة الجراحية، قد يُطلب منكِ:

- إجراء تحاليل أو تقييم طبي
- مراجعة الأدوية مع الجرّاح
- ترك التدخين وفق التعليمات
- مراجعة ما قد يزيد النزيف
- ترتيب النقل والمرافقة ليلًا

قد يُطلب تصوير شعاعي مرجعي للثدي قبل الجراحة وتصوير آخر بعدها، للمساعدة في تمييز أي تغيّرات مستقبلية في نسيج الثدي. وليس ذلك شرطًا عامًا لكل مريضة.

تعليمات الأدوية فردية. قد يزيد الأسبرين ومضادات الالتهاب والمكمّلات العشبية خطر النزيف. لا توقفي دواءً موصوفًا ولا تغيّريه ما لم يوجّهكِ الجرّاح إلى ذلك.

> يمكن إجراء العملية في منشأة جراحية معتمدة داخل العيادة، أو مركز جراحة نهارية مرخّص، أو مستشفى. رتّبي من يوصلكِ ذهابًا وإيابًا ويبقى معكِ الليلة الأولى على الأقل.

03 · يوم العملية

العملية خطوة بخطوة

تُختار التقنية بحسب حجم الثدي وشكله، وحجم الهالة وموضعها، ودرجة الترهّل، ومرونة الجلد وكمية الجلد الزائد.

الخطوة 1 التخدير

تُستخدم التهدئة عبر الوريد أو التخدير العام للحفاظ على راحتكِ. ويوصي الجرّاح بالخيار الأنسب.

الخطوة 2 الشقوق الجراحية

توضّح الرسوم أدناه ثلاثة أنماط شائعة. ينبغي أن يناسب الاختيار تشريح الثدي والتصحيح المطلوب، لا أن يهدف فقط إلى أقصر ندبة.



حول الهالة



حول الهالة وعموديًا إلى الثنية تحت الثدي

حول الهالة مع شقّ عمودي وأفقي: حرف T مقلوب «مرساة»

رسوم أمامية تخطيطية لثدي واحد. تبيّن الخطوط الزرقاء السميكة الشقوق، ويحدّد المنحنى السفلي الباهت الثنية تحت الثدي. الرسوم ليست بمقياس رسم.

الخطوة 3 إعادة التشكيل والرفع

يُرفع نسيج الثدي ويُعاد تشكيله. وتُنقل الحلمة والهالة معًا إلى موضع أعلى، مع بقائهما عادةً متّصلتين بالأنسجة تحتهما وترويتهما الدموية. ويمكن تصغير الهالة المتّسعة بإزالة جلد عند محيطها، ويُستأصل الجلد الزائد من الثدي.

الخطوة 4 إغلاق الشقوق

تدعم الغرز العميقة شكل الثدي الجديد. ويُغلق الجلد بالغرز و/أو اللاصق الجراحي والأشرطة. تتبع بعض الندبات الثنيات الطبيعية، وتبقى أخرى ظاهرة على سطح الثدي. الندبات دائمة، لكنها تبهت عادةً.

الخطوة 5 رؤية التغيّر

قد يظهر ارتفاع الثدي مباشرةً، لكن التورّم يؤثّر في المظهر الأولي. ويستمر شكل الثدي وموضعه في الاستقرار خلال الأشهر القليلة التالية.

04 · بعد الجراحة

التعافي والنتائج

التزمي بتعليمات الجرّاح بدقّة. تُحدّد العناية والعودة إلى النشاط بحسب عمليتكِ والتئام الأنسجة، وليس وفق جدول زمني ثابت.



مباشرةً

الضمادات والدعم

تُغطّى الشقوق بضمادات. ويساعد رباط مطّاطي أو حمّالة داعمة على تقليل التورّم ودعم الثديين.

الالتئام المبكر

العناية والمتابعة

قد يُستخدم أنبوب صغير مؤقت لتصريف الدم أو السوائل. اتّبعي تعليمات الجروح والأدوية والمراجعة.

الأشهر القليلة التالية

استقرار الشكل

ينحسر التورّم مع استقرار شكل الثديين وموضعهما. التزمي بمواعيد المتابعة.

على المدى الطويل

الحفاظ على النتيجة

تبقى الندبات لكنها تبهت. يستمر تأثير العمر والجاذبية؛ ويساعد ثبات الوزن ونمط الحياة الصحي على الحفاظ على النتيجة.

مراحل عامة وليست مواعيد نهائية. يعتمد التعافي على صحتكِ ونوع العملية وتعليمات الجرّاح.

تعليمات العناية بعد الجراحة

- العناية بالثديين والشقوق وأي أنابيب تصريف
- الأدوية الموضعية أو الفموية للمساعدة على الالتئام وتقليل خطر العدوى
- التغيّرات التي يجب مراقبتها في موضع الجراحة أو صحتكِ العامة
- مواعيد المتابعة وكيفية التواصل مع الفريق الجراحي

أسئلة تطرحينها

- إلى أين سأُنقل بعد العملية، وما الأدوية التي سأتلقّاها؟
- متى تُزال الضمادات أو الأنابيب أو الغرز إن لزم؟
- كيف أستحمّ، وكم أرتدي الحمّالة الداعمة؟
- متى أعود إلى نشاطي المعتاد والرياضة؟
- متى موعد المتابعة؟

احمي الأنسجة أثناء الالتئام

تجنّبي الشدّ والاحتكاك والحركة المفرطة عند الشقوق أثناء الالتئام. واتّبعي تعليمات الجرّاح للمساعدة على تقليل التورّم.

النتائج والتغيّرات المستقبلية

قد تدوم النتائج طويلًا، لكن لا يمكن ضمانها، وقد تلزم جراحة تصحيحية. وتبقى الندبات دائمة رغم بهتانها. قد يقلّل الحمل التحسّن أو يعكسه، وقد تغيّر تقلّبات الوزن الكبيرة المظهر. إذا كنتِ تفكّرين في الحمل مستقبلًا، فناقشي التوقيت الأنسب للجراحة.

05 · قرار واعٍ

المخاطر والسلامة

أنتِ وحدكِ من يقرّر إن كانت فوائد شدّ الثدي تستحقّ مخاطره. تؤكّد نماذج الموافقة فهمكِ للعملية ومضاعفاتها المحتملة.

ناقشي جميع المخاطر التالية مع الجرّاح، وأي مخاطر إضافية تتعلّق بصحتكِ وخطة علاجكِ.

مخاطر جراحية وعامة

- مخاطر التخدير
- نزيف أو ورم دموي «تجمّع دم»
- العدوى
- تجلّط الأوردة العميقة «جلطات دموية»
- مضاعفات القلب والرئتين

الالتئام والأنسجة

- ضعف التئام الشقوق
- تجمّع السوائل
- النخر الدهني «موت النسيج الدهني»

الحلمة والإحساس

- تغيّر مؤقّت أو دائم في إحساس الحلمة أو الثدي
- نخر جزئي أو كامل «فقدان الأنسجة» في الحلمة والهالة

المظهر

- عدم انتظام محيط الثدي أو شكله
- عدم تناظر الثديين

علاج إضافي

- احتمال الحاجة إلى جراحة تصحيحية
- لا يمكن ضمان القدرة على الرضاعة الطبيعية بعد الجراحة.

أسئلتكِ مهمّة

تُشرح هذه المخاطر وأي مخاطر خاصة بحالتكِ قبل الموافقة. اطرحي جميع أسئلتكِ مباشرةً على جرّاح التجميل؛ فلا يوجد سؤال غير مهم.

06 · التخطيط المسبق

التكلفة واختيار الجرّاح

تختلف تكلفة شدّ الثدي بحسب خبرة الجرّاح والتقنية وموقع العيادة. اطلبي تقديرًا يناسب حالتكِ، واستفسري عن إمكانات التقسيط.

ما قد تشمله التكلفة الإجمالية

- أتعاب الجرّاح
- أتعاب التخدير
- تكاليف المستشفى أو المنشأة الجراحية
- الفحوص الطبية
- الحمّالة الداعمة والأدوية الموصوفة

الغرسات: فقط عند استخدامها

إذا اخترتِ غرسة اختيارية، ينبغي إدراج تكلفتها في التقدير. استفسري عمّا يشمله المبلغ الإجمالي، بما في ذلك المتابعة وأي إجراء إضافي.

ملاحظة حول التأمين

لا تغطّي معظم وثائق التأمين الصحي شدّ الثدي لأغراض تجميلية. راجعي وثيقة تأمينكِ قبل الحجز.

أكثر من مجرّد تكلفة

عند اختيار جرّاح لعملية شدّ الثدي، فإن خبرته ومدى ارتياحك له لا يقلّان أهمية عن السعر النهائي.

تتضمّن الجراحة التجميلية خيارات كثيرة، وأوّلها وأهمّها اختيار جرّاح تجميل مؤهّل وذي خبرة، تثق به.

ما الذي تبحث عنه

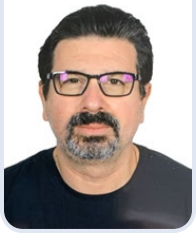
قبل اتّخاذ قرارك، تأكّد من أن جرّاحك:

- جرّاح تجميل مؤهّل ومتخصّص في الجراحة التجميلية والترميمية
- أتمّ تدريبًا جراحيًّا كاملًا في مؤسسة معترف بها
- يتمتّع بخبرة واسعة في عمليات شدّ الثدي ويستطيع أن يريك أمثلة على نتائجه
- يُجري العمليات في منشأة معتمدة ومجهّزة للحفاظ على سلامتك
- يأخذ الوقت الكافي للإجابة عن جميع أسئلتك ويشرح لك المخاطر بوضوح

لا تتردّد في سؤال جرّاحك عن تدريبه وخبرته، فالجرّاح الجدير بالثقة يجيبك بكل سرور.

احجز استشارتك

لنتحدّث عن أهدافك



د. عماد شحادة

معهد الجراحة التجميلية

العنوان
63 شارع الصوراتي، بناية حمرا نصيف، الطابق الأول
بيروت، لبنان

الهاتف
+9611746345

واتساب
+9613307854

البريد الإلكتروني
psi@psi-lb.com

هذا الدليل لأغراض تثقيفية عامة فقط، ولا يقدّم أي وعد أو ضمان بشأن نتيجة أي إجراء، ولا يغني عن استشارة شخصية شاملة مع جرّاح تجميل مؤهّل.