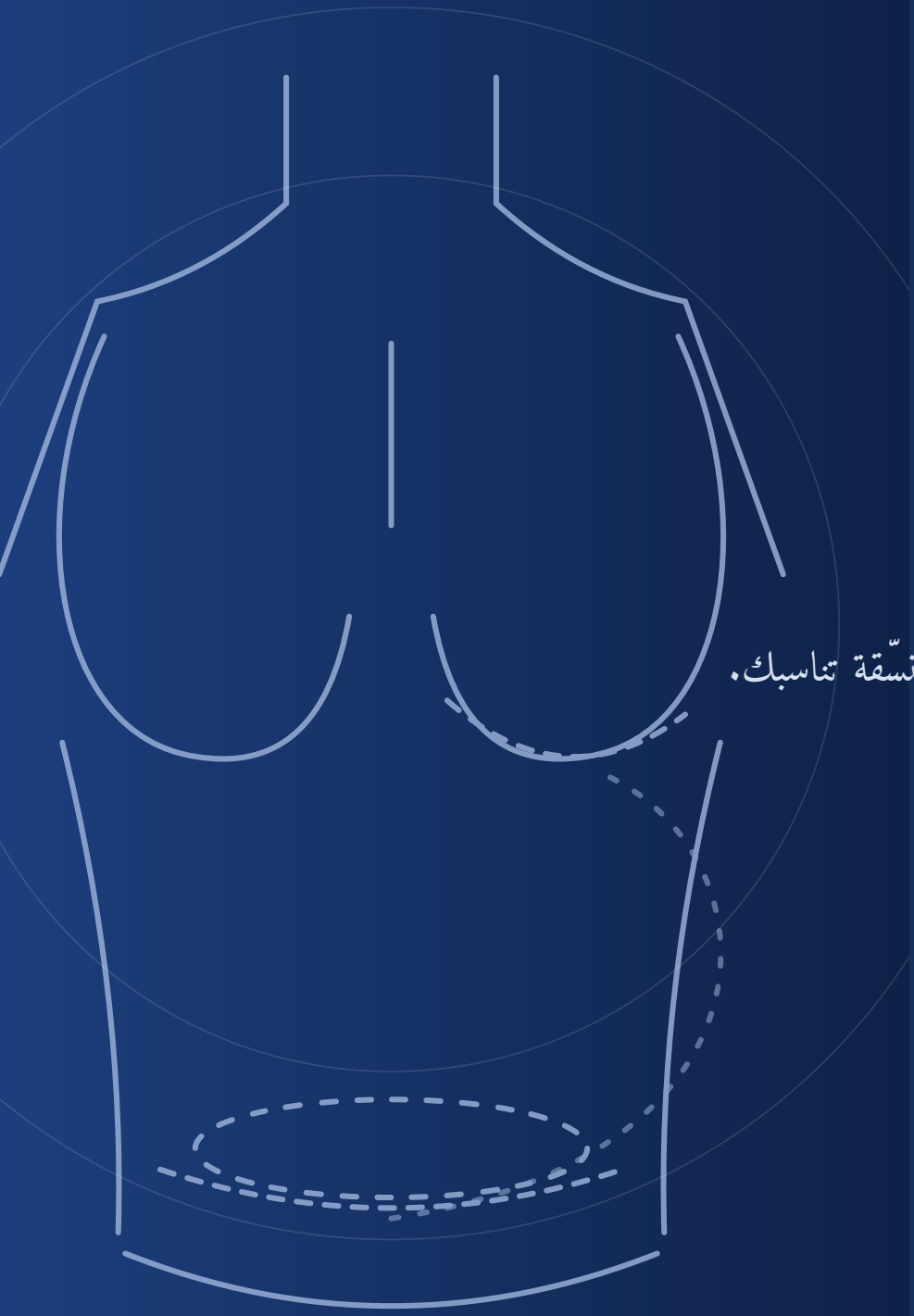
Plastic Surgery Institute

دليل المريضة · خيارات مستنيرة

ترميم الثدي

جسمك وخياراتك وخطة رعاية منسّقة تناسبك.



02 الأساسيات والخيارات والتوقيت
03 الاستشارة والتحضير
04 التقنيات والأنسجة المتاحة
05 التعافي والمتابعة
06 المخاطر والموافقة المستنيرة
07 اختيار الجرّاح والتكاليف
08 لنتحدث عن أولوياتك



د. عماد شحادة

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

01 · فهم إعادة بناء الثدي

الأساسيات والخيارات والتوقيت

يعيد ترميم الثدي بناء بروز الثدي بعد استئصاله، أو في حالات مختارة بعد استئصال ورم جزئي أو إصابة. لكنه لا يعيد الثدي الأصلي.

قد يشمل ثدياً واحداً أو كليهما. تبقى ندبات الثدي والمنطقة المانحة دائمة. يتغير الإحساس وقد يعود جزئياً، لكن لا ضمان لعودته طبيعياً. لا يعيد الترميم القدرة على الإرضاع من جهة استُؤصل فيها الثدي.



خيارات توضيحية وليست تنبؤاً بالنتيجة. عدم الترميم واستخدام بديل ثدي خارجي خياران مقبولان أيضاً.

خياراتك مقبولة

تُكوّن الغرسة البروز بواسطة جهاز، بينما يستخدم الترميم الذاتي أنسجتك، وأحياناً مع غرسة. عدم الترميم، أو الإغلاق المسطّح للصدر لأهداف جمالية، أو بديل الثدي الخارجي خيارات مقبولة أيضاً. الإغلاق المسطّح عملية مخططة لتنسيق الصدر، وليس مجرد ترك الترميم.

لا يشترط الشعور بالإيجابية أو التأقلم «المثالي» لمناقشة الخيارات. خذي وقتك واطلبي دعم التمريض أو الإرشاد النفسي أو الأقران إن رغبتِ.

فوري أم مؤجل؟

يبدأ الترميم الفوري أثناء استئصال الثدي، ويمكن بدء المؤجل بعد أشهر أو سنوات. يجب تنسيق جراحة الثدي والترميم والأورام دون تأخير علاج سرطاني ضروري.

يعتمد التوقيت على نوع الاستئصال، مرحلة السرطان، العلاج الكيميائي والإشعاعي، الصحة، تروية الجلد، الأنسجة المانحة، الندبات والأهداف والتفضيلات. قد يزيد الإشعاع مشاكل الالتئام والمحفظة حول الغرسة؛ لكنه ليس مانعاً مطلقاً لكل الغرسات ولا يفرض تأجيل كل ترميم.

الحشو والشكل والسطح قرارات مختلفة

المحلول الملحي: ماء مالح معقم داخل غلاف سيليكون؛ يؤدي التمزق عادةً إلى انكماش الغرسة ويمتص الجسم السائل. **هلام السيليكون:** قد يتمزق بصمت دون انكماش. الشكل الدائري أو التشريحي يختلف عن تماسك الهلام؛ ليس كل هلام متماسك بشكل قطرة. دوران الغرسة التشريحية قد يشوّه الشكل. ناقشي الحركة والتموّجات والأسطح الملساء والخشنة؛ يرتفع خطر اللمفوما المرتبطة بالغرسات مع السطح الخشن. التوافر يختلف.



الغرسات ليست أجهزة مدى الحياة؛ قد تحتاجين عمليات أخرى ومراقبة الجهاز. احتفظي ببطاقة الغرسة واقرئي نشرة الشركة. تعدد المراحل شائع في الترميم عموماً، وجراحة الثدي الآخر لتحقيق التناسق اختيارية.

02 · قبل الجراحة

الاستشارة والتحضير

تربط الاستشارة المفيدة بين علاج السرطان وصحتك وتشريح جسمك وأولوياتك. القلق أو الحيرة يستحقان الدعم لا الاستبعاد.

أحضري تاريخك الصحي

- تشخيص السرطان ونتيجة الأنسجة، والعلاج الكيميائي أو الإشعاعي السابق والمخطط، والمعلومات الوراثية ذات الصلة إن كانت معروفة.
- الأمراض والسكري ومشاكل الجلطات أو الالتئام والحساسيات والعمليات السابقة، خصوصاً في البطن أو الظهر أو الفخذ.
- كل الأدوية، بما فيها الستيرويدات ومضادات الإستروجين، والفيتامينات والأعشاب؛ والتدخين والنيكوتين والتبخير والكحول والمواد الأخرى.
- التغذية، والمساعدة المتاحة، ومتطلبات نشاطك وما يهمك شخصياً.

تقييم يناسبك

يفحص الفريق الثديين والمناطق المانحة المحتملة ويقيسها، ويقيّم الجلد والدورة الدموية والندبات، ويناقش التصوير الطبي بموافقتك.

تتحدد الفحوص بحسب الصحة والخطة. قد يفيد تقييم الأوعية أو التصوير الوعائي المقطعي في بعض خطط السدائل، لكنه ليس روتينياً للجميع.

ناقشي البدائل والمظهر المتوقع والإحساس والندبات والمراحل والمخاطر والتخدير واحتمال تعديل الخطة. اسألي عن التقنيات التي يقدّمها الفريق فعلاً.

التحضير الآمن مع الفريق

- أجري التقييم الطبي والفحوص المطلوبة. راجعي الأسبرين ومضادات الالتهاب والمكمّلات التي قد تزيد النزف.
- **لا توقفي بنفسك مضادات التخثر أو الأدوية الهرمونية أو أدوية السرطان الموصوفة.** أي تعديل يستلزم التنسيق مع الطبيب الواصف وفريق الأورام.
- اتبعي خطة إيقاف النيكوتين وتعليمات الصيام والاغتسال وأدوية يوم العملية.
- رتبي النقل ووجود شخص بالغ في الليلة الأولى بعد الخروج، ومساعدة أطول عند الحاجة لرعاية الأطفال والأعمال المنزلية.

المستشفى والتخدير

تُجرى معظم عمليات الترميم الكبرى في المستشفى تحت التخدير العام، وتختلف الإقامة بحسب العملية والصحة. قد تُجرى بعض المراحل البسيطة اللاحقة خارج المستشفى بتخدير موضعي مع تهدئة. لا تفترضي أن جميع المراحل جراحة نهارية.

أسئلة تفيدك

من ينسق بين الأورام والترميم؟ كيف يغيّر الإشعاع الخطة؟ أي منطقة مانحة تناسبني ولماذا؟ هل أحتاج جراحة مجهرية؟ كم مرحلة قد أحتاج؟ ما المساعدة والإجازة من العمل أو مسؤوليات الرعاية التي يجب ترتيبها؟

الرأي الثاني ووقت التفكير حق مشروع. الدعم النفسي أو تمريض الترميم خيار للمساندة وليس شرطاً للأهلية.

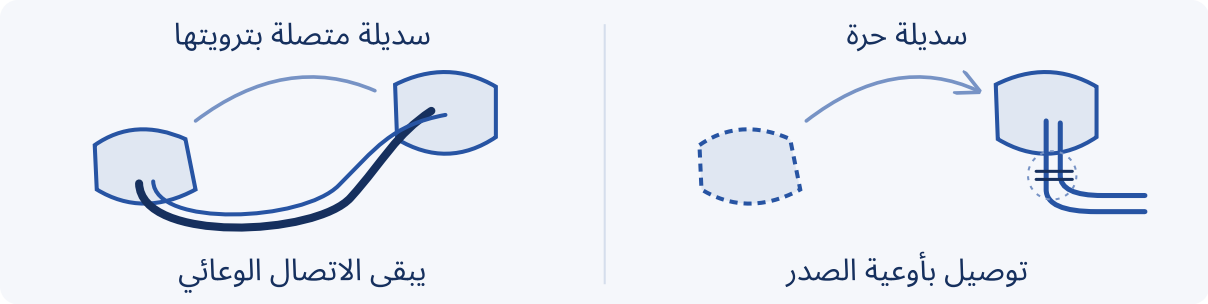
03 · خطة تناسب حالتك

التقنيات والأنسجة المتاحة

الغرسات والسدائل الحية مساران مختلفان. يعتمد الاختيار على الأنسجة والعلاج والصحة والحجم المطلوب والخبرة المتخصصة.

الترميم بالغرسة

مرحلتان: يوضع موسّع أنسجة مؤقت ويُملأ تدريجياً خلال زيارات العيادة، ثم يُستبدل بغرسة. **غرسة مباشرة:** تتجنب حالات مختارة الموسّع، لكن قد تحتاج عمليات لاحقة. قد يكون الجيب أمام العضلة الصدرية أو تحتها جزئياً بحسب تغطية الأنسجة وترويتها. قد تُستخدم مصفوفة أدمية لا خلوية لدعم الغرسة في حالات مختارة؛ ناقشي مخاطر المنتج، فهي لا تلغي العدوى أو مشاكل الرفض.



رسم مفاهيمي لا يشرح خطوات الجراحة. الأسهم تعني نقل الأنسجة لا اتجاه جريان الدم. تُوصل أوعية السديلة الحرة لاستعادة ترويتها.

تنقل **السديلة الذاتية** جلدك ودهونك وأوعيتك وأحياناً عضلة. تبقى السديلة المتصلة بترويتها مرتبطة بأوعيتها عند نقلها إلى الصدر. أما السديلة الحرة فتُفصل ثم تُوصل أوعيتها بأوعية الصدر بالجراحة المجهرية؛ يلزم فريق متخصص ومراقبة السديلة.

السديلة وموقعها	الأنسجة والاتصال الوعائي
TRAM · البطن	تضم جزءاً من العضلة المستقيمة البطنية؛ قد تكون متصلة بترويتها أو حرة.
DIEP · البطن	جلد ودهون وأوعية مع الحفاظ على العضلة، لكن يُجرى تشريح الأوعية عبرها. سديلة حرة.
SIEA / SIEP · البطن	منطقة الجلد والدهون نفسها بأوعية سطحية مختلفة؛ حرة وتحافظ على العضلة، فقط إن كانت الأوعية مناسبة.
LD · الظهر	العضلة الظهرية العريضة، مع جلد ودهون أو بدونهما؛ غالباً تبقى متصلة بترويتها وتُنقل بالدوران أو عبر نفق إلى الصدر، وكثيراً ما تُجمع مع غرسة.
SGAP / IGAP · الأرداف	جلد ودهون وأوعية؛ سدائل حرة تحافظ على العضلات، وليست حقناً لدهون الأرداف.
TUG / TMG · الفخذ	جلد ودهون باطن الفخذ مع العضلة الرشيقة؛ سديلة حرة.
PAP · الفخذ	جلد ودهون وأوعية أعلى الفخذ؛ سديلة حرة تحافظ على العضلة.

تختلف ندبات المنطقة المانحة وتغيّر شكلها وضعفها بحسب النوع. الحفاظ على العضلة لا يلغي خطر الضعف أو البروز أو الفتق؛ وقد تؤثر سديلة الظهر في الكتف. يحدد الحجم والأوعية والندبات الملاءمة. سديلة البطن ليست ضماناً لنتيجة شد بطن تجميلية.

مراحل تكميلية اختيارية

يستخدم حقن الدهون الذاتية المعالجة لتحسين الشكل؛ يمتص الجسم جزءاً منها وقد يلزم التكرار. يتوقف الحفاظ على الحلمة على السرطان والتشريح وفريق الثدي. ترميم الحلمة والهالة أو الوشم ثلاثي الأبعاد لاحقاً، وجراحة تناسق الثدي الآخر، اختيارية؛ لا تضمن المظهر ولا تعيد الإحساس الطبيعي.

04 · بعد الجراحة وما بعدها

التعافي والمتابعة

يشمل التعافي الثدي والمنطقة المانحة إن وجدت. خطتك المكتوبة، لا جدول موحد للجميع، هي مرجع كل مرحلة.

العناية المبكرة

اسألي أين ستتعافين ومتى يمكن الخروج. اتبعي تعليمات ضمادات الثدي والمنطقة المانحة والاغتسال والغرز والأدوية. إذا استُخدمت مصارف، سجّلي كمية السوائل واعتني بها كما وُجّهتِ، واسألي متى تُزال.

استخدمي حمالة أو لباس دعم **فقط بوصفة الفريق**؛ فالضغط الشديد قد يضر السديلة. اتبعي خطة الألم؛ مضخة الألم خيار لبعض الحالات وليست للجميع. لا تضعي ضغطاً أو حرارة أو ثلجاً على السديلة دون تعليمات صريحة. الجلد فاقد الإحساس معرض للحروق وإصابة البرد.

الحركة والحياة اليومية

يساعد المشي اللطيف وإجراءات الوقاية من الجلطات التي يحددها الفريق. اتبعي تمارين الذراع والكتف التدريجية أو العلاج الطبيعي وقيود المنطقة المانحة.

اسألي عن حمل الأثقال والقيادة والعمل والرياضة ورعاية الأطفال، ولا تعودي إليها إلا بعد السماح. غالباً يكون التعافي الأولي للغرسات أقصر من السدائل الحرة، لكن المراحل تضيف زيارات. قد يستغرق تعافي المنطقة المانحة أسابيع إلى أشهر؛ اطلبي تقديراً خاصاً بك.

يتغير التورم والندبات والشكل على مدى أشهر، وقد تلزم مراحل أو تعديلات أخرى، دون ضمان تناسق دقيق أو دوام مدى الحياة.

لا تنتظري الموعد الروتيني

اتصلي بالفريق الجراحي فوراً عند تغير جديد في لون السديلة أو حرارتها، أو ألم مفاجئ، أو تورم سريع؛ فقد يتطلب اضطراب التروية جراحة عاجلة. اتبعي تعليمات مراقبتك الخاصة. الحمى والاحمرار المتزايد أو الإفرازات تستدعي تواصلاً عاجلاً أيضاً. **ألم الصدر أو صعوبة التنفس أو الانهيار: اطلبي الطوارئ.**

متابعة السرطان تختلف عن مراقبة الغرسة

لا يلغي الترميم خطر السرطان ولا يحل محل متابعة الأورام. بعد استئصال الثدي لا تُجرى عادةً ماموغرافيا تحرٍّ روتينية للجهة المرممة؛ يستمر الفحص السريري وتقييم الأعراض. يستمر تحرّي الثدي الطبيعي المتبقي، وتستمر المراقبة بعد الاستئصال الجزئي. قد تختلف حالات الحفاظ على الحلمة والبروتوكولات المحلية؛ اتبعي خطة تصوير فريق الثدي والأورام.

بشكل منفصل، تحتاج غرسات السيليكون مراقبة التمزق الصامت بالموجات فوق الصوتية أو الرنين بحسب إرشادات الجهاز والفريق. احتفظي بالسجلات واطلبي جدولاً مكتوباً. تورم أو كتلة أو ألم أو تغير جديد يحتاج تقييماً الآن لا انتظار الفحص المجدول. أخبري فريق التصوير بالغرسات والترميم وأي حقن دهون.

05 · الموازنة بين الفوائد والمخاطر

المخاطر والموافقة المستنيرة

لكل ترميم مفاضلات. يجب شرح مخاطر حالتك وبدائلك قبل إعطاء الموافقة المستنيرة.

الجراحة والالتئام

مضاعفات التخدير، النزف أو التجمع الدموي، العدوى، تجمع السوائل، سوء الالتئام أو نخر الجلد، ندبات دائمة غير مرغوبة، ألم مستمر، وجلطات منها الخثار الوريدي العميق ومضاعفات قلبية أو رئوية.

الثدي والمنطقة المانحة

عدم التناسق وعدم انتظام الشكل وفقد مؤقت أو دائم لإحساس الحلمة أو الثدي أو المنطقة المانحة. قد يحدث ضعف أو بروز أو فتق أو أعراض بالكتف بحسب التقنية، وقد تلزم جراحة تصحيحية.

تروية السديلة

قد يسبب تخثر الأوعية فقداً جزئياً أو كاملاً للسديلة. قد تلزم عودة عاجلة للجراحة لاستعادة التروية، دون ضمان إنقاذ الأنسجة أو الترميم. تغير اللون أو الحرارة، ألم مفاجئ أو تورم سريع يستدعي الاتصال الفوري بالفريق.

الغرسات وحقن الدهون

الغرسات: تقلص المحفظة الندبية وقد يؤلم، التمزق، التحرك أو التموّج، الانكشاف أو الفقد والعدوى وعمليات أخرى. الدهون: عدوى وأكياس ونخر دهني وتكلسات دقيقة وامتصاص يستدعي التكرار. أبلغي فريق التصوير.

سرطانات نادرة حول محفظة الغرسة

BIA-ALCL لمفوما نادرة تنشأ غالباً في السائل أو المحفظة الندبية حول الغرسة، وليست سرطان الثدي المعتاد. الخطر أعلى مع الغرسات خشنة السطح. أُبلغ عن سرطانات محفظية نادرة أخرى، منها سرطان الخلايا الحرشفية ولمفومات أخرى. تورم متأخر مستمر أو كتلة أو ألم أو تغير جديد يستلزم تقييماً سريعاً، وقد يتطلب تصويراً وتحليل سائل أو نسيج.

أعراض عامة أُبلغ عنها

تصف بعض المريضات تعباً وآلام مفاصل و«ضبابية التفكير» وأعراضاً أخرى تُسمى أحياناً مرض غرسات الثدي. أسبابها وعلاقتها بالغرسات ليست مفهومة تماماً؛ لا تثبت هذه البلاغات أن الغرسات تسبب مرضاً مناعياً ذاتياً. تستحق الأعراض مناقشة وتقييماً طبياً.

موافقتك وأسئلتك

ناقشي نشرة الجهاز ومخاطر المنتج وتاريخ الإشعاع وخطة التعامل مع فشل الترميم. لا يوجد مسار خالٍ من المخاطر. يمكنك التأجيل أو اختيار بديل أو عدم الترميم. اعرفي من يتولى المضاعفات والطوارئ.

ألم الصدر أو صعوبة التنفس أو الانهيار يستدعي الطوارئ. الحمى أو الاحمرار المتزايد أو الإفرازات تستدعي تواصلاً عاجلاً. لا تنتظري زيارة روتينية عند الاشتباه بمشكلة تروية السديلة.

06 · التخطيط للرعاية

اختيار الجرّاح والتكاليف

اختاري فريق ترميم مؤهلاً ومسار رعاية منسقاً، لا مجرد تقنية أو أقل عرض مالي.

ما ينبغي التحقق منه

- المؤهلات المناسبة والترخيص بالممارسة والخبرة في ترميم الثدي والتقنية المقترحة.
- للسدائل الحرة: جرّاح يجري الجراحة المجهرية بانتظام، وفريق متخصص، ومؤسسة ذات خبرة في مراقبة السدائل وإعادة التدخل العاجل.
- منشأة معتمدة ومجهزة بما يناسب الإجراء، وفريق تخدير مؤهل ومسار واضح للطوارئ.
- التنسيق مع جرّاح الثدي وفريق الأورام والإشعاع دون تأخير علاج السرطان الضروري.
- وقت لشرح البدائل دون ضغط، وتعليمات مكتوبة، ومتابعة طويلة الأمد يسهل الوصول إليها.

اسألي عن مسار العلاج

لماذا تناسب الخطة علاجي وتروية جلدي وأنسجتي المانحة؟ ما التقنيات المتاحة هنا فعلياً؟ كيف قد تغيّر الندبات أو الإشعاع الخطة؟

من يراقب السديلة ويرد خارج الدوام؟ ما البديل إذا فشلت الغرسة أو السديلة؟ ما المراحل والقيود المتوقعة للمنطقة المانحة؟ وما الذي يمكن تأجيله بأمان؟

اطلبي تقديراً مفصلاً

أتعاب الجرّاح والتخدير، الإقامة، الغرسات والموسّعات والمصفوفة أو الشبكة، الفحوص والملابس والأدوية والعلاج الطبيعي.

وضّحي كلفة رعاية المنطقة المانحة، إزالة الغرسة أو تبديلها، حقن الدهون، التناسق، ترميم الحلمة أو الوشم، التصوير ومراقبة الجهاز، المتابعة والتصحيح أو المضاعفات.

تحققي من التغطية لكل مرحلة

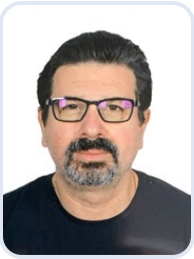
لا تفترضي أن الترميم وكل إجراء مرتبط به مغطى. في لبنان راجعي شركة التأمين حول عقدك والاستثناءات والموافقة المسبقة والمنشأة المقبولة وحدود التعويض وما تتحملينه شخصياً. اطلبي إجابات مكتوبة لكل مرحلة ومضاعفة محتملة؛ لا يقدم هذا الدليل ضماناً لتغطية محلية.

قرار يمكنك مراجعته

خذي الخطة المكتوبة إلى المنزل. قد يناسبك رأي ثانٍ أو بديل خارجي أو إغلاق مسطّح للصدر أو عدم الترميم. يبقى الترميم المؤجل ممكناً لمن تلائمها الجراحة؛ حاجتك إلى وقت أو دعم نفسي لا تنتقص من قيمة اختيارك.

التواصل · استشارتك المقبلة

لنتحدث عن أولوياتك



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 للتثقيف العام فقط، ولا يحل محل التقييم الشخصي ونصيحة جرّاح تجميل مؤهل وفريق أورام الثدي. لا يضمن نتيجة أو إحساساً طبيعياً أو السلامة أو عمر الجهاز أو الإرضاع. تلزم خطة فردية وموافقة مستنيرة. ليست جميع التقنيات أو الأجهزة المذكورة متاحة محلياً أو مقدمة في كل حالة.

للمطالعة: المعهد الوطني للسرطان · ترميم الثدي · إدارة الغذاء والدواء · مخاطر غرسات الثدي