Plastic Surgery Institute

دليل المريض · صحة البشرة

تجديد البشرة وإعادة تسطيح الجلد

فهم بشرتك ومقارنة العلاجات والتخطيط لتعافٍ آمن.



02 بشرتك وأهدافك

03 الاستشارة والتحضير

04 العلاجات والتقنيات

05 التعافي والنتائج

06 المخاطر والسلامة

07 التكلفة واختيار المختص

08 لنتحدّث عن أهدافك



د. عماد شحادة

معهد الجراحة التجميلية

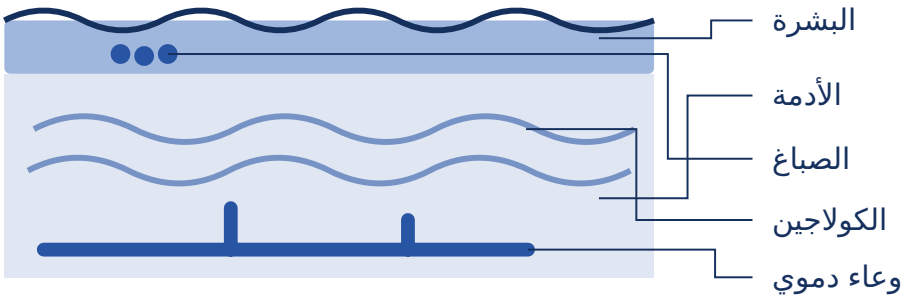
63 شارع الصوراتي، بناية حمرا نصيف، الطابق الأول، بيروت، لبنان

الهاتف 9611746345+ · واتساب 9613307854+

psi@psi-lb.com

بشرتك وأهدافك

قد تغيّر الشمس والعمر والوراثة وأمراض الجلد الملمس والصباغ والأوعية الظاهرة والتماسك. يبدأ اختيار العلاج بالتشخيص، لا بالجهاز.



اختيار الطريقة وفق المشكلة

- **الخطوط:** تظهر الخطوط الثابتة عند الراحة، وترتبط الخطوط الحركية بحركة العضلات وتزداد مع التعبير. لا تعالج إعادة التسطيح كل الخطوط؛ فقد تحتاج الحركية إلى علاج آخر.
- **الصباغ:** للنمش والبقع الشمسية والبقع الأخرى أسباب مختلفة. ليست كل بقعة حميدة أو ناتجة عن الشمس.
- **الندبات:** تحتاج الندبات المتموجة والغائرة والمتبدلة اللون والمرتفعة إلى تقييم فردي. تتطلب الندبات المرتفعة والجُدرات خطة اختصاصية منفصلة؛ وقد لا تناسبها إعادة التسطيح.
- **الأوعية والاحمرار:** قد يناسبها ليزر وعائي موجّه أو ضوء نبضي مكثف بدل إعادة التسطيح. لا تزيل كل العلاجات الطبقة الخارجية.
- **الترهل:** قد يتحسن بعض التماسك، لكن العلاج لا يحل محل شد الجلد الزائد المترهل، ولا يضمن إزالة السيلوليت.

من قد يستفيد؟

قد يناسب العلاج بالغًا سليم الصحة لا يدخّن وله أهداف محددة وواقعية. تحتاج جميع ألوان البشرة إلى تقييم فردي. قد تزيد مخاطر تغيّر الصباغ في البشرة السمراء أو السوداء أو المسمرّة حديثًا؛ اختر مختصًا خبيرًا بلون بشرتك وحالتها.

التشخيص أولًا

يجب تقييم أي آفة جديدة أو متغيرة أو نازفة أو غير مفسّرة طبيًا قبل إتلافها تجميليًا. قد يستدعي الحمل أو الإرضاع أو المرض تأجيل العلاج الاختياري. تُعالج العدوى النشطة أو قرح البرد أو الالتهابات المهمة، أو يُنتظر هدوؤها بحسب الحالة.

الاستشارة والتحضير

ناقش أهدافك والوقت المتاح للتعافي والمخاطر المقبولة. قد تشمل الخطة بدائل أخرى أو عدم العلاج.

تاريخ البشرة والصحة

- لون البشرة المعتاد واستجابتها للشمس والتسمير أو الحرق الشمسي الحديث؛ الكلف وحب الشباب النشط وسائر الأمراض الجلدية.
- الندبات المرتفعة أو الجُدرات، صعوبة الالتئام، الهربس أو قرح البرد، العلاج الإشعاعي السابق وضعف المناعة.
- الأمراض والحساسيات ومشكلات العين والحمل أو الإرضاع؛ وعلاجات الليزر والتقشير ومواد التعبئة والعلاجات التجميلية السابقة.
- كل الأدوية والمكملات ومستحضرات البشرة والكحول والتدخين والنيكوتين والمواد الأخرى. اذكر تواريخ استعمال الإيزوتريتينوين والريتينويدات؛ يختلف التوقيت بحسب الشخص والإجراء، ولا توجد فترة انتظار موحدة للجميع.

ما الذي توضّحه الاستشارة؟

يفحص المختص البشرة والمنطقة المطلوبة، ويوثّقها بالصور بموافقتك، ويشرح الفوائد والحدود وعدد الجلسات والتخدير والالتئام والمخاطر. اسأل لماذا يناسب الجهاز والعمق لون بشرتك وتشخيصها. عبّر عن القلق واطرح أسئلتك قبل الموافقة.

التحضير مع الفريق المعالج

- راجع الأسبرين ومضادات التخثر وبقية الأدوية. لا توقف دواءً موصوفًا فجأة دون موافقة الطبيب الواصف.
- استعمل المستحضرات التحضيرية أو مضادات الفيروسات فقط إذا وُصفت. لا تبدأ مواد تفتيح أو أحماضًا أو تقشيرًا منزليًا بنفسك. اسأل عن توقيت إيقاف الريتينويدات والمقشرات والشمع أو الحلاقة؛ فالتعليمات فردية.
- تجنب الأشعة فوق البنفسجية دون حماية والتسمير. ناقش إيقاف التدخين والنيكوتين ورتّب مستلزمات التعافي والمساعدة.
- لا تصُم إلا إذا تطلبت خطة التهدئة أو التخدير ذلك. عند التهدئة، رتّب وسيلة للعودة وشخصًا بالغًا مسؤولًا.

مكان آمن وتسكين مناسب

اختر منشأة سريرية مرخّصة ومشغّلًا مؤهلًا. تُجرى علاجات كثيرة دون تخدير أو بتخدير موضعي سطحي أو بالحقن؛ وقد تحتاج إجراءات أعمق مختارة إلى تهدئة مراقبة أو تخدير عام في منشأة مناسبة. حماية العين الملائمة أساسية مع أجهزة الطاقة.

العلاجات والتقنيات

تختلف العلاجات في الهدف والعمق والعناية بالجرح. تحقّق مع المختص من ملاءمتها وتوافرها الفعلي.



العلاج الجزئي نمط توزيع قد يكون استئصاليًا أو غير استئصالي. رسم توضيحي وليس إرشادات للجرعة أو العمق.

ليزر استئصالي وغير استئصالي وعلاج جزئي

يزيل الليزر **الاستئصالي** البشرة ويسخّن الأدمة تحتها، فينشأ جرح وفترة تعافٍ. يسخّن **غير الاستئصالي** أهدافًا في الأدمة دون تعمد إزالة السطح الخارجي؛ وتكون النتائج عادة ألطف وتدريجية وقد تفيد جلسات متكررة. ليس آمنًا تلقائيًا لكل لون بشرة. يصف العلاج **الجزئي** أعمدة مجهرية تفصلها بشرة غير معالجة؛ وقد يكون استئصاليًا أو غير استئصالي، وليس عمقًا ثالثًا أو ضمانًا لالتئام سريع بلا ندبات.

الضوء النبضي المكثف

هو ضوء واسع الطيف، وليس ليزرًا. تستهدف أجهزة مختارة الصباغ أو الآفات الوعائية بدل إزالة البشرة. لا يعني الضوء النبضي المكثف وإعادة التسطيح الشيء نفسه.

التقشير الكيميائي

قد يكون العلاج الكيميائي المضبوط سطحيًا أو متوسطًا أو عميقًا. يختلف الجرح والتخدير والعناية؛ ويعني العمق الأكبر غالبًا تعافيًا أطول ومخاطر أكثر، وليس الخيار الأقل تدخلًا للجميع. قد يؤثر التقشير العميق بالفينول في نظم القلب والكلى والكبد؛ ويتطلب مراقبة طبية، وليس للاستعمال المنزلي.

العلاجات الميكانيكية

سحج الجلد كشط ميكانيكي مضبوط أعمق قد يسبب جرحًا. أما **السحج السطحي بالشفرة** فيزيل خلايا سطحية والشعر الزغبي بشفرة مضبوطة، ولا يمحو ندبات حب الشباب العميقة. السحج الدقيق تقنية أخرى أكثر سطحية، وليس اسمًا آخر لسحج الجلد الأعمق.

> يقيّم الفريق البشرة وينظفها ويحمي العينين ويخدّر عند الحاجة ويعالج بالعمق المخطط ثم يحدد العناية اللاحقة. التسلسل فردي وليس دليل علاج منزلي. قد تُدمج طرق أو تُوزع على مراحل؛ ولا يلزم التكرار للجميع، خصوصًا بعد التقشير العميق.

التعافي والنتائج

يتبع التعافي نوع العلاج وعمقه وبشرتك، لا موعدًا موحدًا لعودة الجميع إلى العمل.

العناية المبكرة

الحماية

قد يكون تعطّل النشاط قصيرًا بعد العلاج السطحي. يحتاج الاستئصالي الأعمق والسحج والتقشير المتوسط أو العميق إلى عناية أكبر بالجرح.

أيام إلى أسابيع

الالتئام

تختلف مدة انغلاق الجلد وتحسّن الراحة. قد يستمر الاحمرار أشهرًا بعد إعادة التسطيح الأعمق.

أسابيع إلى أشهر

المراجعة

يظهر التحسن غالبًا تدريجيًا. تراجع المتابعة الالتئام والحاجة المحتملة إلى رعاية إضافية.

العناية بالبشرة المعالجة

- استخدم يدين نظيفتين وتنظيفًا لطيفًا والمراهم أو الضمادات الموصوفة فقط. لا تنزع القشور أو تفرك الجلد أو تحكّه، وتجنب الأقنعة المنزلية والأحماض.
- استخدم كمادة باردة فقط إذا أوصى الفريق، مع لفّها كما يوجّه؛ لا ثلج مباشر ولا فرك قوي.
- لا تستأنف الريتينويدات أو المكياج أو الرياضة أو التعرض للحرارة أو المسابح أو الساونا إلا بعد السماح. اسأل عن الغسل والعمل ومسكن الألم المناسب لطريقتك.
- التزم بالأدوية الموصوفة والمتابعة، واحتفظ بوسيلة اتصال بالفريق خارج ساعات الدوام.

حماية طويلة الأمد من الشمس

قلّل الأشعة فوق البنفسجية المباشرة بالظل والملابس، خصوصًا أثناء الالتئام ولأشهر بعد إعادة التسطيح الأعمق؛ يحدد الفريق المدة. على الجلد الملتئم وعند السماح، استخدم واقيًا واسع الطيف بعامل حماية 30 أو أكثر وأعده وفق الملصق. لا تضع واقيًا عاديًا على جلد مكشوف الجرح دون استشارة؛ اتبع وسائل الحماية الموصى بها بدلًا منه.

نتائج واقعية

قد يتحسن الملمس أو اللون أو الخطوط الدقيقة، لكن النتائج متفاوتة. غالبًا تكون تغيّرات غير الاستئصالي لطيفة وتدريجية. يستمر التقدم في العمر وحركة الوجه وقد تنشأ أضرار شمسية جديدة؛ فلا ديمومة أو نتائج مضمونة. قد تفيد الصيانة عند الحاجة، ولا يلزم تكرار العلاج للجميع. اسأل عما قد يبقى ومتى يمكن تقييم النتيجة بصورة معقولة.

المخاطر والسلامة

حتى العلاج الموصوف بأنه غير باضع قد يسبب مضاعفات. تعتمد المخاطر على الطريقة والعمق والموقع والبشرة والصحة.

إصابة الجلد والالتئام

- الحروق والندبات وتأخر الالتئام أو ضعفه والندبات المرتفعة أو الجُدرات.
- عدم انتظام سطح الجلد وتغيّرات الملمس، ومنها نتيجة غير متجانسة.
- احمرار وتورم وحكة ولسع أو ألم، وقد يطول بعض هذه الأعراض.
- حب الشباب أو حبيبات بيضاء صغيرة تُسمى الدخينات.

تغيّر اللون والعدوى

- فرط التصبغ، أي زيادة اللون، أو نقص التصبغ، أي نقص اللون، وقد يكون دائمًا. قد تزيد مخاطر التغيّر الصباغي في البشرة السمراء والسوداء والمسمرّة.
- عدوى بكتيرية أو فطرية أو فيروسية، بما فيها عودة الهربس أو قرح البرد. قد تُوصف وقاية بمضاد فيروسي عند الحاجة.

احتياطات بحسب الطريقة

يتطلب العلاج الاستئصالي الأعمق عادة عناية بالجرح أكثر من غير الاستئصالي، لكن أيًا منهما ليس خاليًا من المخاطر. قد تسبب المستحضرات الموضعية والتخدير تهيجًا أو حساسية أو تفاعلات فردية أخرى. يضيف التقشير العميق بالفينول مخاطر على نظم القلب والكلى والكبد تستلزم المراقبة. قد تؤذي أجهزة الطاقة العين دون حماية مناسبة، خصوصًا حول العينين.

متى تطلب المساعدة؟

اتصل بالفريق سريعًا عند ازدياد الألم أو الاحمرار أو التورم، أو الحمى أو القيح أو الفقاعات أو قرح البرد أو ضعف الالتئام. ألم العين أو تغيّر جديد في الرؤية يستلزم تقييمًا طبيًا عاجلًا وفوريًا. صعوبة التنفس أو التفاعل التحسسي الشديد حالة طارئة.

قبل الموافقة

اسأل عن تقليل مخاطرك الشخصية ومن يعالج المضاعفات وكيف تتصل بالفريق خارج الدوام. ناقش البدائل وعدم العلاج واحتمال التحسن غير الكامل والرعاية التصحيحية. لا تحل إعادة التسطيح التجميلية محل تشخيص آفة مشتبهة أو علاجها.

التكلفة واختيار المختص

ينبغي توضيح تكلفة علاج تجديد البشرة في تقدير مكتوب وفردي، لا في وعد بباقة ثابتة.

ما الذي يؤثر في السعر؟

تؤثر المادة أو الجهاز والمنطقة والعمق وعدد الزيارات وخبرة المختص وموقع العيادة. قارن الرعاية وتدابير السلامة، لا الرقم المعلن وحده.

اسأل عمّا يشمله التقدير

- أتعاب المختص أو المشغّل وجلسات العلاج المخططة.
- التخدير عند الحاجة وتكاليف المنشأة السريرية.
- الفحوص الطبية والأدوية والمراهم والضمادات الموصوفة.
- المتابعة والصيانة عند ملاءمتها والرعاية التصحيحية أو المراجعة المحتملة.

اسأل عن الزيارات الإضافية أو المضاعفات التي قد تترتب عليها رسوم أخرى. لا يعد هذا الدليل بسعر أو ترتيب تمويل.

تحقّق من التأمين مباشرة

غالبًا تُستثنى العلاجات التجميلية من التأمين الصحي. تحقّق من وثيقتك والموافقات المطلوبة وتغطية المضاعفات؛ ولا تفترض وجود تعويض محلي.

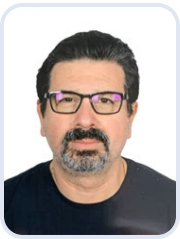
اختر مختصًا مؤهلًا على نحو مناسب

- تحقّق من ترخيص الممارسة والتدريب والخبرة بالطريقة المحددة ولون بشرتك والحالة المراد علاجها.
- توقع تشخيصًا طبيًا وبدائل واقعية وخطة لمخاطر الصباغ أو تاريخ الجُدرات، لا معالجة كل بقعة تلقائيًا.
- اسأل عن ترخيص المنشأة والأجهزة المناسبة وحماية العين وبروتوكولات السلامة والتدريب على الطوارئ.
- اطلب تعليمات مكتوبة ومتابعة موثوقة واتصالًا خارج الدوام. اسأل من سينفذ العلاج فعليًا ومن سيدير المشكلات.

> الخبرة والتواصل وثقتك بخطة السلامة مهمة بقدر التكلفة. يمكنك التريث في القرار أو اختيار عدم العلاج.

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 للتثقيف العام فقط. لا يتضمن وعدًا أو ضمانًا للنتائج أو لغياب المخاطر، ولا يحل محل استشارة شخصية شاملة مع مختص أو جرّاح مؤهل على نحو مناسب. تبقى خطة رعايتك الفردية وتعليمات الفريق المعالج هي المرجع.

للمزيد من المعلومات: مايو كلينك
إعادة التسطيح بالليزر · التقشير الكيميائي · سحج الجلد