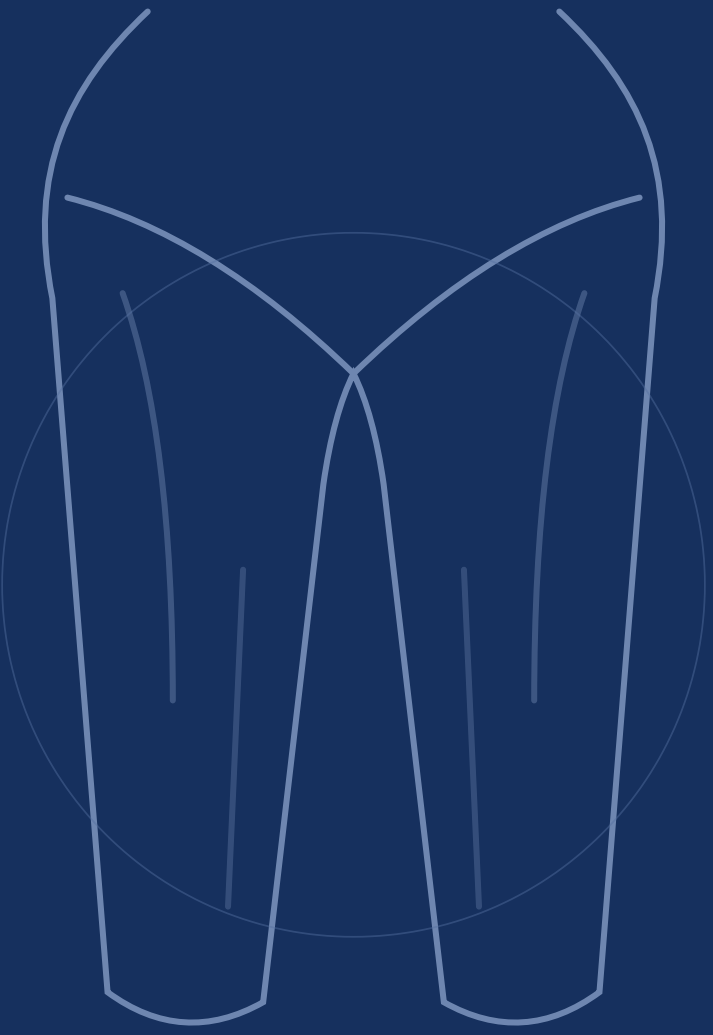
Plastic Surgery Institute



دليل المريض · جراحة شدّ الفخذين

شدّ الفخذين

قرار شخصي. تعرّف إلى الخيارات والتحضير والتعافي وحدود النتائج.

02 فهم عملية شدّ الفخذين
03 الاستشارة والتحضير
04 العملية وخيارات الشقوق
05 التعافي والنتائج
06 المخاطر والسلامة
07 التكلفة واختيار الجرّاح



د. عماد شحادة

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

01 · الأساسيات

فهم عملية شدّ الفخذين

تقلّل عملية شدّ الفخذين الجلد الزائد، والدهون في حالات مختارة، على الوجه الداخلي أو الخارجي للفخذين. هدفها تحسين التناسق، لا تحقيق صورة مثالية للجسم.



الوجه الداخلي والخارجي

تشير المناطق المظللة إلى مواضع علاج محتملة فقط، وليست خطة شقوق أو وعدًا بنتيجة.

ما الذي يمكن وما الذي لا يمكن تحقيقه؟

ليست عملية لإنقاص الوزن أو لإزالة الدهون وحدها. ولا تعد بإزالة السيلوليت أو علامات التمدد أو بتغيير نوعية الجلد بصورة جذرية. قد تزول العلامات الموجودة على الجلد المستأصل معه، وتبقى العلامات الأخرى.

متى يكون شفط الدهون مناسبًا؟

إذا كانت الدهون هي المشكلة الأساسية وكان الجلد جيد المرونة، فقد يُبحث شفط الدهون وحده. وعند ضعف المرونة، يمكن إضافة الشفط في حالات مختارة، لكنه لا يحل محل استئصال الجلد الزائد.

لمن قد تكون مناسبة؟

قد تناسب البالغين من أي جنس الذين يتمتعون بصحة جيدة ووزن ثابت، ولديهم جلد زائد داخلي أو خارجي وتوقعات واقعية والتزام بنمط حياة صحي. عدم التدخين مهم. وتستلزم الأمراض المؤثرة في الالتئام أو مخاطر الجراحة تقييمًا فرديًا.

قرار نابع من احتياجاتك

قد تكون أهدافك وظيفية أو جمالية أو كليهما. الجراحة اختيارية، وليست استجابة لضغط الآخرين. إذا كنت تخطط لفقدان مزيد من الوزن، فاسأل عن توقيت استقرار الوزن وتأثيره في الخطة.

02 · قبل الجراحة

الاستشارة والتحضير

يساعد الحديث الصريح عن أهدافك وصحتك ونمط حياتك الفريق على تقييم ملاءمة العملية والتخطيط لها.

معلومات تستعد لمناقشتها

- الأهداف والأمراض والحساسية والعلاجات والعمليات السابقة.
- كل الأدوية والفيتامينات والمكمّلات والأعشاب، واستخدام الكحول والتبغ والنيكوتين والمواد المخدرة.
- مشكلات الجلد والجروح أو ضعف الالتئام والنزف والجلطات وأي تورّم في الساقين.

ما الذي يقيّمه الجرّاح؟

- الصحة العامة وعوامل الخطورة وترهّل الجلد وتوزّع الدهون، مع الفحص والقياسات والصور الطبية.
- البدائل والشقوق والتخدير وحدود النتائج والتعافي وجميع المخاطر ذات الصلة.

فحوص فردية	مراجعة الأدوية	وقف النيكوتين	النقل ومساعدة بالغ

تحضير يناسب حالتك

قد تحتاج إلى فحوص أو تقييم طبي. اتبع تعليمات الإقلاع عن النيكوتين. اسأل عن الأسبرين ومضادات الالتهاب والأعشاب التي قد تزيد النزف. لا توقف أي دواء موصوف دون الاتفاق مع الطبيب الذي وصفه.

المنشأة والتخدير والسلامة

اسأل عن منشأة مرخّصة أو معتمدة على نحو مناسب، وفريق تخدير مؤهل، والمراقبة وخطة الطوارئ. تعتمد المغادرة في اليوم نفسه أو المبيت على مدى الجراحة وصحتك؛ ولا توجد ضمانة بإجراء العملية دون مبيت.

رتّب المساعدة العملية

أكّد تعليمات الصيام والملابس والوصول. رتّب وسيلة نقل ذهابًا وإيابًا وبقاء شخص بالغ معك في الليلة الأولى على الأقل، واستمرار المساعدة عند الحاجة. اسأل عن التواصل مع الفريق خارج أوقات العمل.

03 · يوم العملية

العملية وخيارات الشقوق

يتحدد نمط الشق بحسب موضع الترهل ومداه وشدّ الأنسجة وأهدافك، وليس بهدف الحصول على أقصر ندبة فحسب.

01 التخدير

يُختار التسكين الوريدي أو التخدير العام بحسب حالتك بالتعاون مع فريقي الجراحة والتخدير. اسأل عن سبب ملاءمة الخيار المقترح لك.

02 الشقوق وإعادة تشكيل الأنسجة

يُعاد بسط الجلد والأنسجة تحته ويُستأصل الجلد الزائد. شفط الدهون إضافة اختيارية لحالات محددة. وقد تمتد بعض أنماط الشد الداخلي إلى الجزء الخلفي من ثنية الأربية؛ لا تعرض الرسوم كل الاختلافات.



شق الأربية فقط

لترهّل مختار بأعلى الوجه الداخلي: شق محدود في ثنية الأربية.

الشد الداخلي الممتد

شق ثنية الأربية مع شق عمودي داخلي، أقصر أو ممتد نحو الركبة بحسب الحاجة.

شد الوجه الخارجي

من الأربية حول الورك باتجاه الظهر؛ منظر مائل مع إطار خلفي مصغّر.

الشق — جزء خلفي غير ظاهر - - - حدود الجسم

رسوم سريرية لا تمثل خطة فردية. أول رسمين من الأمام: فخذ المريض الأيمن على يسار الصورة. الشق العمودي على الوجه الداخلي، وليس الخارجي للفخذ.

03 الدعم العميق والإغلاق

قد تثبّت الغرز العميقة الأنسجة بعد تشكيلها؛ ولا يعني ذلك شدّ عضلات الفخذ بصورة روتينية. يُغلق الجلد بغرز قابلة للامتصاص أو للإزالة، أو لاصق أو شرائط أو مشابك حسب الحاجة. وقد تُستخدم مصارف.

04 نتائج تتضح تدريجيًا

قد يخفي التورّم والكدمات التغيّر المبكر. تُستخدم الملابس الضاغطة فقط إذا وُصفت، ولمدة فردية. الندبات دائمة وقد تكون واسعة؛ ولا يُضمن إخفاؤها بملابس السباحة.

04 · بعد الجراحة

التعافي والنتائج

اتبع خطة الرعاية المكتوبة. الالتئام والعودة للنشاط يختلفان بين الأشخاص، ولا يوجد أسبوع ثابت يناسب الجميع.

الرعاية المبكرة

تغطّي الضمادات الشقوق، وقد تصرّف الأنابيب الدم أو السوائل. تعلّم العناية بالجروح والمصارف والأدوية ومتى تتصل بالفريق.

الالتئام والمتابعة

تحدد المتابعة توقيت إزالة الضمادات والمصارف والغرز وتعديل النشاط. استخدم الضغط إذا وُصف فقط، ولا تزيد شدّه بنفسك.

الاستقرار خلال أشهر

يحجب التورّم والكدمات النتيجة المبكرة. يستغرق استقرار الشكل أشهرًا؛ وتخف الندبات خلال أشهر إلى سنة أو أكثر، لكنها تبقى دائمة.

حماية الشقوق أثناء الالتئام

- تحرّك بلطف وفق الوصفة. تُفصّل الوقاية من الجلطات لحالتك؛ لا يوصي هذا الدليل بملازمة الفراش أو بأدوية محددة.
- تجنّب الشد والاحتكاك والحركة المفرطة عند شقوق الأربية. تعامل مع التورّم وفق خطة الرعاية.
- رتّب المساعدة في الليلة الأولى وما بعدها عند الحاجة، والتزم بزيارات المتابعة.

اسأل قبل استئناف الأنشطة

- كيف أجلس وأقف وأمشي وأستخدم الدرج؟
- متى أعود إلى العمل والقيادة والاستحمام والرياضة؟
- كيف أعتني بالضمادات والمصارف وأستخدم الأدوية والضغط الموصوف؟ ومتى أعود للمتابعة؟

توقعات متوازنة

قد يساعد الوزن الثابت والعادات الصحية في الحفاظ على التحسن. يستمر التقدم في العمر وقد يعود الترهل. تختلف النتائج ولا توجد ضمانة، وقد تلزم جراحة تصحيحية.

متى تطلب المساعدة؟

ضيق النفس أو ألم الصدر أو ضربات القلب غير المعتادة تستدعي رعاية طبية طارئة فورًا. تواصل سريعًا مع الفريق عند الحمّى أو تزايد الاحمرار أو الألم أو انفتاح الجرح.

05 · قرار مستنير

المخاطر والسلامة

وازن بين الفوائد المحتملة والمضاعفات. ينبغي مناقشة مخاطر العملية الخاصة بحالتك وصحتك قبل الموافقة عليها.

الجراحة والدورة الدموية

- مخاطر التخدير
- النزف
- العدوى
- جلطات الأوردة العميقة ومضاعفات القلب والرئتين

الجروح والأنسجة

- ضعف التئام الجروح
- تجمّع سائل مصلي
- انفصال كبير في الجرح
- فقدان جزء من الجلد
- موت النسيج الدهني تحت الجلد «نخر دهني»

الجلد والإحساس

- ألم مستمر
- تغيّر لون الجلد و/أو تورّم مطوّل
- خدر أو تغيّرات أخرى في إحساس الجلد

المظهر والرعاية الإضافية

- عدم التناظر
- بروز الغرز عبر الجلد أو ظهورها أو تسبّبها بتهيّج قد يستلزم إزالتها
- ندبات غير مرغوبة
- عودة ترهّل الجلد
- احتمال الحاجة إلى جراحة تصحيحية

موافقة مستنيرة خاصة بعمليتك

هذه ليست قائمة شاملة. اسأل عن المخاطر الأهم لحالتك وطرق الحد منها وكيفية علاج المضاعفات. تؤكد الموافقة فهمك، ولا تضمن انعدام المخاطر أو نتيجة محددة.

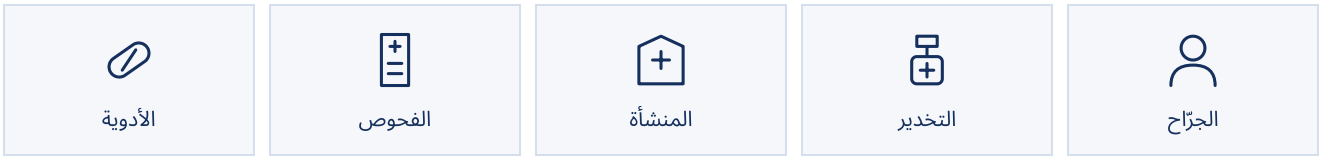
متى تطلب المساعدة؟

ضيق النفس أو ألم الصدر أو ضربات القلب غير المعتادة تستدعي رعاية طبية طارئة فورًا. تواصل سريعًا مع الفريق عند الحمّى أو تزايد الاحمرار أو الألم أو انفتاح الجرح.

06 · التخطيط المسبق

التكلفة واختيار الجرّاح

اختر جرّاح تجميل مؤهلًا وذا خبرة ومنشأة مناسبة. الخبرة ذات الصلة والتواصل والسلامة مهمة، وليس السعر وحده.



اطلب عرض تكلفة مكتوبًا لحالتك

تعتمد الأتعاب على مدى الجراحة وتقنيتها وخبرة الجرّاح ومكان العمل. راجع أتعاب الجرّاح والتخدير والمنشأة والفحوص والوصفات والملابس الضاغطة والضمادات والمتابعة. اسأل عمّا يشمله العرض وتكلفة الرعاية الإضافية أو التصحيح. لا يَعِد هذا الدليل بسعر أو ترتيب تمويل.

تحقق مباشرة من شركة التأمين

غالبًا ما تُستثنى الجراحة التجميلية ومضاعفاتها. اطلب تأكيد شروط وثيقتك كتابةً قبل الحجز، ولا تفترض وجود تغطية محلية أو تعويض أو سداد مضمون.

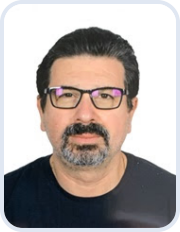
أسئلة تطرحها على الجرّاح

- ما مؤهلاتك وخبرتك في شدّ الفخذين وتنسيق القوام بعد فقدان الوزن؟
- لماذا هذا النمط من الشقوق؟ وما الندبات الدائمة والحدود والبدائل المتوقعة؟
- هل يمكنني رؤية أمثلة ذات صلة، مع إدراكي أن نتيجتي قد تختلف؟
- أين تُجرى العملية ومن يتولى التخدير وما خطة الطوارئ؟
- من يتابع التعافي والمضاعفات وكيف أصل إلى الفريق خارج أوقات العمل؟

خذ وقتك لدراسة الخطة وطرح الأسئلة. لا ينبغي أن تتقدم رغبة الحصول على ندبة أقصر أو تكلفة أقل على اختيار عملية مناسبة ومسار رعاية آمن.

حجز استشارة

لنتحدث 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، وليس نصيحة طبية فردية أو خطة علاج. لا يتضمن تعهدًا أو ضمانًا أو وعدًا بنتيجة، ولا يغني عن استشارة شخصية شاملة مع جرّاح تجميل مؤهل وذي خبرة. اتبع تعليمات فريقك المعالج.

للمزيد من القراءة · خطوات العملية · السلامة · التعافي · نظرة عامة على شدّ الفخذين