plastetik

DR. MED. HANS-HERMANN WÖRL



معلومات للمرضى

# شفط الدهون

كل ما هو مهم حول العلاج والتحضير ويوم العملية والتعافي – للقراءة بهدوء وكأساس لجلسة الاستشارة.

تمت ترجمة معلومات المرضى هذه بمساعدة الذكاء الاصطناعي. قد تحدث أخطاء في الترجمة – والنسخة الألمانية هي المعتمدة.

Plastetik GmbH · Bürgerstraße 14 · 81925 München · info@dr-woerl.de

بتاريخ 06.11.2026

# شفط الدهون – من أجل قوام جسم متناسق

بعض التراكمات الدهنية تقاوم الرياضة والنظام الغذائي المنضبط. يزيلها شفط الدهون (Liposuction) بشكل موجَّه ولطيف – من أجل تحسين دائم لقوام الجسم، وليس لإنقاص الوزن.

| التخدير | التقنية | العلاج | الكمية |
| --- | --- | --- | --- |
| تخدير عام مع التخدير التورمي (Tumescent) | الاهتزاز، قنيات دقيقة | غالبًا دون مبيت | حتى 6 لترات غالبًا دون مبيت |

تراكمات دهنية على الأرداف أو الوركين، أو على أعلى الذراعين أو الفخذين: عندما تتغير نِسَب الجسم بشكل غير مرغوب فيه، يكون السبب في الغالب مخازن دهنية لا يمكن التغلب عليها لا بالرياضة ولا بالأكل المنضبط. هنا يمكن أن يساعد شفط الدهون.

## مناطق العلاج النموذجية

من الأمثلة النموذجية لدى النساء ما يُعرف بـ"بنطال الفارس" – تراكمات دهنية على الفخذين والوركين والجهة الداخلية للركبتين، بينما يكون الجزء العلوي من الجسم نحيفًا نسبيًا. أما الرجال فيعانون كثيرًا من تراكم الدهون في منطقة الوركين أو الصدر. ومن المناطق الشائعة الأخرى البطن والخاصرتان وأعلى الذراعين والذقن والرقبة.

الهدف هو شفط القدر اللازم فقط من الدهون والخلايا الدهنية للحصول على قوام جسم متناسق – مثل انتقال انسيابي من الفخذين إلى الورك أو من الورك إلى البطن.

## كيف أعمل

أُجري شفط الدهون تحت التخدير العام مع التخدير الموضعي التورمي (Tumescent). وفي ذلك يُحقن قبل الشفط محلول في النسيج الدهني يعمل على تفكيك النسيج وتقليل النزيف وتخفيف الألم بعد العملية. هذه الطريقة مجرَّبة منذ سنوات طويلة وتُعدّ آمنة ومراعية للمريض.

بفضل تقنيات اهتزاز خاصة وقنيات شفط رفيعة يُعالَج النسيج بلطف شديد. تُدخَل القنيات عبر شقوق قليلة وصغيرة جدًا.

## ما يمكنكم توقعه

- خبرة طويلة وكفاءة طبية تخصصية عالية
- تُجرى العملية غالبًا دون مبيت عبر شقوق صغيرة؛ ولا يُتوقع ظهور ندبات مرئية تُذكر

- يمكن علاج المناطق المزعجة بشكل موجَّه
- تحسين طويل الأمد لقوام الجسم
- يُجرى شفط الدهون حتى 6 لترات في الغالب دون مبيت

شفط الدهون ليس وسيلة لإنقاص الوزن. وتتحقق أفضل نتائجه مع وزن مستقر ومرونة جيدة للجلد.

## لمن صُمِّم شفط الدهون

شفط الدهون يُشكِّل القوام – وليس وسيلة للتنحيف. وهو مناسب للتراكمات الدهنية المحددة التي تبقى رغم النظام الغذائي والرياضة، حتى مع الوزن الطبيعي. أما الدهون الموجودة بين الأعضاء في تجويف البطن فلا يمكن شفطها؛ لذلك يأتي إنقاص الوزن أولًا في حالة السمنة الشديدة.

## الخبرة في تقنية التخدير التورمي

يتكون المحلول التورمي من محلول ملحي ومادة مخدرة موضعية وإضافة قابضة للأوعية الدموية؛ ويحتاج بعد حقنه إلى فترة معينة ليؤثر. وقد تناولتُ خصائص هذه التقنية علميًا أيضًا – ومن ذلك مساهمة في مؤتمر حول شفط الدهون بالتقنية التورمية والتخدير الموضعي (2001).

## كم في المرة الواحدة؟

يُشفط في كل جلسة قدر محدود فقط. وإذا لزمت كميات أكبر، فمن الأكثر أمانًا توزيعها على عمليتين بفاصل بضعة أسابيع.

## التحضير

- قبل نحو أسبوعين عدم تناول مسكنات مميِّعة للدم – فقط بعد استشارة الطبيب
- تجنُّب النيكوتين والكحول والمنومات وأجهزة التسمير قدر الإمكان
- تحليل صورة الدم والتخثر؛ وفي حال وجود أمراض سابقة فحص لدى طبيب الباطنية

## موانع الإجراء

لا تُجرى العملية أثناء الحمل. وفي حالات أمراض الأوعية الدموية أو الجلطات السابقة أو الأمراض العامة الشديدة يُتخذ القرار حسب كل حالة.

## سير العلاج

01 **الاستشارة**
نناقش المناطق التي تزعجكم، وأُقيِّم توزيع الدهون ومرونة الجلد.

02 **التخطيط**
تُحدَّد مناطق العلاج وتُرسم في يوم العملية في وضعية الوقوف.

03 **العملية**
تخدير عام مع التخدير الموضعي التورمي، والشفط بتقنية الاهتزاز.

04 **الضغط**
مباشرة بعد العملية تحصلون على ملابس ضاغطة.

05 **المتابعة**
فحوص متابعة، وعند الحاجة تصريف لمفاوي، وعودة تدريجية إلى الحياة اليومية والرياضة.

## بعد شفط الدهون

التورم والكدمات والإحساس الشبيه بألم العضلات بعد التمرين أمور طبيعية في الأيام الأولى. ترتدون الملابس الضاغطة عدة أسابيع، فهي تدعم انحسار التورم والتصاق الجلد. وتظهر النتيجة النهائية بعد بضعة أشهر.

## المخاطر

من المخاطر المحتملة على سبيل المثال: الكدمات، والأورام المصلية (تجمعات السوائل)، والالتهابات، واضطرابات الإحساس، وعدم انتظام سطح الجلد، وعدم التماثل. ومع كميات الشفط الأكبر تزداد متطلبات المراقبة والمتابعة. وفي جلسة التوعية نستعرض كل ذلك بهدوء.

## عندما يتعلق الأمر بالوذمة الشحمية

شفط الدهون هو الطريقة الفعالة الوحيدة لإزالة النسيج الدهني المرضي في حالة الوذمة الشحمية (Lipedema). ولأن التشخيص والإجراء ومسألة التكاليف تختلف في ذلك اختلافًا واضحًا، توجد لهذا الموضوع صفحة خاصة: علاج الوذمة الشحمية.

# الأسئلة الشائعة

### هل تعود التراكمات الدهنية؟

الخلايا الدهنية المشفوطة لا تتكوَّن من جديد. لكن مع زيادة واضحة في الوزن قد يزداد حجم الخلايا الدهنية المتبقية. لذلك فإن الوزن المستقر هو أفضل حماية للنتيجة.

### هل يشدّ الجلد نفسه بعد الشفط؟

مع المرونة الجيدة ينكمش الجلد في الغالب بشكل جيد. أما مع الجلد المترهل فقد يكون الشد الإضافي مفيدًا – المزيد عن ذلك في تشكيل الجسم.

### متى يمكنني العودة إلى العمل؟

في الأعمال المكتبية غالبًا بعد أيام قليلة، حسب حجم العلاج والمنطقة. أما العمل البدني الشاق والرياضة فنناقشهما بشكل فردي.

### هل توجد بدائل دون جراحة؟

تُعرض طرق تعتمد على التبريد أو الموجات فوق الصوتية أو الليزر أو الترددات الراديوية، وكذلك الحقن. وتأثيرها في الغالب أقل بوضوح وأصعب في التنبؤ به من تأثير شفط الدهون – ونناقش ذلك بصراحة.

### كم يستمر التورم؟

ينحسر التورم الأساسي في الأسابيع الأولى؛ وقد يستمر تورم متبقٍّ خفيف من ثلاثة إلى خمسة أشهر.

### متى يمكنني ممارسة الرياضة مجددًا؟

غالبًا ما تكون الرياضة الخفيفة ممكنة مجددًا بعد نحو ثلاثة أسابيع – حسب حجم العلاج والتعافي.

# شفط الدهون – سير العملية خطوة بخطوة

من تخطيط المناطق حتى الملابس الضاغطة: هكذا تسير عملية شفط الدهون بالتخدير التورمي وتقنية الاهتزاز عادةً.

| التخدير | العلاج | الضغط | النتيجة النهائية |
|---|---|---|---|
| تخدير عام + تخدير تورمي | غالبًا دون مبيت | عدة أسابيع | بعد بضعة أشهر |

يُخطَّط لشفط الدهون بعناية: الأمر الحاسم هو إزالة القدر اللازم فقط من الدهون للحصول على قوام متناسق. هكذا تسير العملية **عادةً**.

## سير العملية في لمحة

01

قبل بضعة أسابيع

### التحضير

تحديد المناطق، وتقييم مرونة الجلد، والفحوص التمهيدية والتوعية.

02

يوم العملية

### العملية

تخدير عام مع التخدير الموضعي التورمي؛ الشفط عبر مداخل صغيرة بتقنية الاهتزاز.

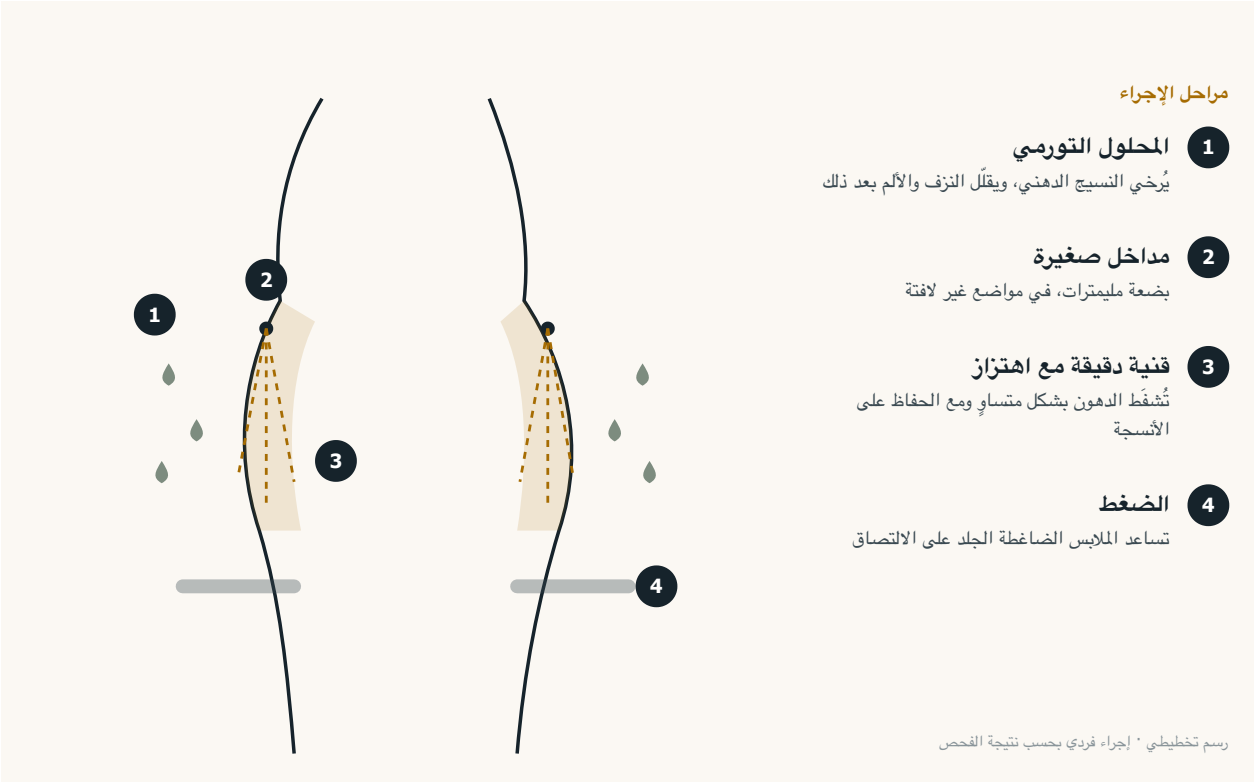
03

أسابيع إلى أشهر

### العلاج اللاحق

ملابس ضاغطة، وفحوص متابعة، وعند الحاجة تصريف لمفاوي.

## ما يحدث أثناء العملية




رسم تخطيطي. تُخطَّط المناطق وكمية الشفط بشكل فردي.

## المرحلة 1: التحضير

**01 الاستشارة**

ما المناطق التي تزعجكم؟ أُقيِّم توزيع الدهون ومرونة الجلد والوزن.

**02 التمييز**

هل هو توزيع دهون جمالي أم وذمة شحمية؟ على ذلك يتوقف الإجراء ومسألة التكاليف.

**03 الفحوص التمهيدية والتوعية**

قيم مخبرية حسب الحاجة؛ وتوعية مفصلة مع مهلة للتفكير.

**04 الملابس الضاغطة**

تُقاس مسبقًا لتكون جاهزة مباشرة بعد العملية.

05 **التنظيم**

التخطيط لمرافق لطريق العودة إلى المنزل، ولبضعة أيام من الراحة.

## المرحلة 2: يوم العملية

01 **الرسم في وضعية الوقوف**

تُعلَّم مناطق العلاج.

02 **التخدير والمحلول التورمي**

تخدير عام مع التخدير الموضعي التورمي – يعمل المحلول على تفكيك النسيج الدهني وتقليل النزيف والألم بعد العملية.

03 **الشفط**

عبر مداخل قليلة وصغيرة جدًا تُشفط الدهون بقنيات دقيقة وتقنية الاهتزاز بشكل لطيف على الأنسجة.

04 **الضغط**

مباشرة بعد ذلك تُلبَس الملابس الضاغطة.

05 **العودة إلى المنزل**

تُجرى العملية غالبًا دون مبيت؛ ويُجرى شفط الدهون حتى 6 لترات في الغالب دون مبيت.

## المرحلة 3: العلاج اللاحق والتعافي

**اليوم 1–3**

إحساس شبيه بألم العضلات بعد التمرين، وتورم؛ قد يخرج المحلول التورمي من المداخل

**الأسبوع 1**

الضغط ليلًا ونهارًا؛ الحركة الخفيفة تدعم التعافي

**الأسبوع 2–4**

ينحسر التورم؛ العمل المكتبي ممكن مجددًا في الغالب

**الأسبوع 4–6**

تقليل الضغط بالاتفاق؛ الرياضة تدريجيًا

**الشهر 3–6**

التصق الجلد – القوام الجديد مرئي

تواصلوا معنا فورًا في حال الألم الشديد، أو الحمى، أو ضيق التنفس، أو تورم ساق واحدة، أو احمرار حول أحد المداخل.

## قائمة التحقق الخاصة بكم

- قياس الملابس الضاغطة مسبقًا
- فُرُش ماصّة لليالي الأولى
- مرافق لطريق العودة إلى المنزل
- شرب الكثير من السوائل والحركة الخفيفة في الأيام الأولى

## خطوتك التالية

لا شيء يُغني عن الاستشارة الشخصية. فيها أجيب عن أسئلتك ونحدد معًا ما هو مناسب لك.

**الحجز عبر الإنترنت:** /www.plastetik.de/ar/appointment
**الهاتف:** 987855 89 49+ · **البريد الإلكتروني:** info@dr-woerl.de
**مزيد من المعلومات:** /www.plastetik.de/ar/liposuction

Dr. med. Hans-Hermann Wörl · طبيب أخصائي في الجراحة التجميلية والترميمية · Plastetik GmbH

---

**ملاحظة مهمة:** تهدف هذه المعلومات إلى التوعية العامة ولا تُغني عن الاستشارة الطبية الشخصية وجلسة التوضيح. المراحل والمدد الزمنية ومسارات التعافي قيم نموذجية وقد تختلف من شخص لآخر. ولا يمكن التعهد بنتيجة محددة.

تمت ترجمة معلومات المرضى هذه بمساعدة الذكاء الاصطناعي. قد تحدث أخطاء في الترجمة – والنسخة الألمانية هي المعتمدة.

**مصادر الصور:**

- Planung Körperformung: © Adobe Stock / detailblick-foto, Adobe-Stock-Lizenz – https://stock.adobe.com/de/contributor/200858622/detailblick-foto; verkleinert, WebP
- Porträt Dr. Wörl in Praxiskleidung: © Lukas Schramm Fotografie (Nutzungsrechte: Dr. med. Hans-Hermann Wörl), alle Rechte vorbehalten; verkleinert, WebP
- الرسوم التوضيحية: رسوم خاصة (KnoCo UG لصالح Plastetik GmbH)