plastetik

DR. MED. HANS-HERMANN WÖRL



معلومات للمرضى

شد الجفون

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

شد الجفون – إجراء صغير بأثر كبير

كلما كانت النظرة أكثر انفتاحًا، بدونا أكثر يقظة وحيوية. وبتصحيح الجفن العلوي أو السفلي يمكن تحقيق تجديد متناسق لشباب الوجه كله بجهد قليل نسبيًا.

المدة	العلاج	النتيجة	الخبرة
90 دقيقة كحد أقصى	في العيادة الخارجية	تظهر عمليًا على الفور	أكثر من 200 إجراء سنويًا

تطبع العيون تعبير الوجه بطابعها أكثر من أي شيء آخر. وعندما ترتخي الجفون، يبدو الوجه كله أكبر سنًا وأكثر إرهاقًا، وغالبًا أكثر حزنًا أيضًا – حتى لو كان المرء يشعر بالنشاط والراحة.

خبرة لا تُرى

شد الجفون من أكثر الإجراءات التي أجريها: ففي كل عام أُجري أكثر من 200 عملية شد جفون. وأقدّر هذا الإجراء لأنه فعّال بشكل خاص – إذ يمكن بجهد قليل نسبيًا تحقيق أثر كبير جدًا على المظهر العام.

ولا يوجد في ذلك أسلوب «قياسي». فكل عملية شد جفون أخطط لها بشكل فردي، لأن شكل الجفن والجلد الزائد والتراكمات الدهنية تختلف من شخص لآخر. ويبقى شكل عينيكم محفوظًا – ينبغي أن تتعرّفوا على أنفسكم.

شد الجفن العلوي

يُنصح بشد الجفن العلوي عندما تبدو العينان أصغر بصريًا وتبدوان متعبتين، أو عندما يضغط الجلد المتدلي من الجفن العلوي على الرموش («الجفون المتدلية»). وفي الحالات الشديدة قد يحدّ ذلك حتى من مجال الرؤية.

وفي هذا الإجراء أزيل الجلد الزائد، وعند الضرورة جزءًا من العضلة أو النسيج الدهني. ويقع الشق في الثنية الطبيعية للجفن، بحيث تكاد الندبة لا تُرى بعد التعافي.

شد الجفن السفلي

يمكن كذلك تحقيق نتائج جيدة جدًا بتصحيح الجفن السفلي، مثلًا في حالة الأكياس تحت العينين، أو ارتخاء الجلد، أو الظلال الداكنة الناتجة عن بروز التراكمات الدهنية. غير أن تصحيح الجفن السفلي أكثر تعقيدًا من شد الجفن العلوي، ويتطلب خبرة طويلة في الجراحة الترميمية أيضًا. ولذلك ينبغي حتمًا أن يكون بين أيدٍ متمرّسة.

ما الذي يمكنكم توقّعه

- خبرة طويلة وكفاءة طبية تخصصية عالية
- إجراء في العيادة الخارجية لا يستغرق أكثر من 90 دقيقة كحد أقصى
- ندوب غير لافتة في الثنية الطبيعية للجفن
- لا تغيير في شكل العين
- نتيجة طويلة الأمد

الجفن العلوي: دقة في التفاصيل

يُرسَم شريط الجلد المراد إزالته بدقة قبل العملية في وضعية الجلوس، حتى يكون الجانبان متناظرين. وتنتهي الغرزة جانبيًا في خط ضحك دقيق، وتُنفَّذ بخيوط دقيقة جدًا. ويمكن عند الحاجة إعادة استخدام الدهون الزائدة من الجفن العلوي في موضع آخر – مثلًا عند وجود ظلال تحت العينين.

التأمين الصحي: إذا تدلّى الجلد إلى حدّ يقيّد مجال الرؤية، فقد يكون لشد الجفن العلوي مبرر طبي. وعندها يكون قياس مجال الرؤية لدى طبيب العيون أساسًا لتقديم الطلب.

الجفن السفلي: مدخلان

- **من الخارج:** يقع الشق مباشرة أسفل حافة الرموش ويمتد بضعة مليمترات في خط الضحك الجانبي. وبهذا يمكن معالجة الجلد الزائد والدهون البارزة والعضلات المرتخية معًا؛ ويمكن أيضًا إعادة توزيع الدهون لتنعيم الانتقال إلى الخد.
- **من الداخل عبر الملتحمة:** في حالة الأكياس تحت العينين وحدها دون جلد زائد تُزال الدهون عبر الجهة الداخلية للجفن – دون ندبة ظاهرة.

في الجفن السفلي يكون الأقل غالبًا أكثر: إذا أُزيل كثير من الدهون تبدو العينان غائرتين. وإذا أُزيل كثير من الجلد قد ينسحب الجفن إلى الأسفل. وهنا تظهر الخبرة بشكل خاص.

التحضير

- قبل نحو أسبوعين لا تُستخدم المسكنات المميّعة للدم (مثل الأسبرين ASS أو الإيبوبروفين أو الديكلوفيناك) – ولا يكون ذلك إلا بعد استشارة الطبيب.
- يُفضّل تجنّب النيكوتين والكحول وأسرّة التسمير خلال هذه الفترة.
- إيقاف المكمّلات الغذائية مؤقتًا قبل الإجراء بفترة قصيرة.

في حالة جفاف العينين من المهم إجراء فحص لدى طبيب العيون قبل الإجراء.

متى ينبغي أن تكونوا على اطلاع جيد بشكل خاص

يتطلب جفاف العينين، أو العمليات السابقة المتعددة، أو أمراض النسيج الضام، أو التوقعات العالية جدًا تخطيطًا دقيقًا بشكل خاص. والزَّرَق (الماء الأزرق) ليس سببًا للاستبعاد، لكنه يتطلب فحوصًا منتظمة ومكثفة.

مراحل الإجراء

01 **الاستشارة**
أفحص الجفون والجلد ومحيط العين، وأناقش ما إذا كان ينبغي علاج الجفن العلوي أو السفلي أو كليهما.

02 **التحضير**
تحصلون على إرشادات حول الأدوية التي تؤثر في تخثّر الدم، وحول تنظيم يوم العملية.

03 **الإجراء الجراحي**
تُجرى العملية في العيادة الخارجية وتستغرق 90 دقيقة كحد أقصى.

04 **طريق العودة**
خطّطوا لوجود مرافق – إذ لا ينبغي أن تقودوا السيارة بأنفسكم يوم العملية.

05 **الرعاية اللاحقة**
يخفف التبريد التورّم، وبعد بضعة أيام تُزال الغرز.

بعد الإجراء

تظهر نتيجة شد الجفون عمليًا على الفور. ويزول التورّم والكدمات الخفيفة في العادة خلال أسبوع إلى أسبوعين. وتحمي النظارة الشمسية خلال هذه الفترة وتخفي في الوقت نفسه. والعمل أمام الشاشة ممكن في الغالب بعد أيام قليلة؛ أما العدسات اللاصقة والمكياج والرياضة فنناقشها خلال الرعاية اللاحقة.

المخاطر

يُعدّ شد الجفون إجراءً منخفض المخاطر نسبيًا. ومن المضاعفات المحتملة، من بين أمور أخرى: النزف اللاحق، واضطرابات التئام الجروح، وجفاف العينين المؤقت، وعدم التناظر، أو – خاصة في الجفن السفلي – سوء وضع حافة الجفن. ولهذا السبب بالذات تكون الخبرة مهمة إلى هذا الحد. وأناقش معكم جميع المخاطر بالتفصيل قبل الإجراء.

أسئلة شائعة

هل تتحمل شركة التأمين الصحي تكاليف شد الجفن العلوي؟

في العادة لا، لأنه إجراء تجميلي. وإذا ثبت أن الجلد الزائد يقيّد مجال الرؤية، فقد يكون تحمّل التكاليف ممكنًا. ويلزم لذلك في الغالب تقرير من طبيب العيون.

هل الإجراء مؤلم؟

العملية نفسها خالية من الألم. وبعدها لا تظهر في الغالب إلا شكاوى خفيفة يمكن علاجها جيدًا بالمسكنات المعتادة.

متى أعود إلى حياتي الاجتماعية؟

يشعر كثير من المريضات والمرضى بالارتياح في الأماكن العامة مجددًا بعد نحو أسبوع. ويعتمد ذلك على مدى التورّم، الذي يختلف من شخص لآخر.

هل يمكن الجمع بين شد الجفون وشد الوجه؟

نعم، فهذا مناسب في كثير من الأحيان، لأنهما معًا يعطيان صورة إجمالية متناسقة. المزيد في صفحة شد الوجه.

هل تُلمَس العين نفسها؟

لا. تُجرى العملية على جلد الجفن وعضلته ونسيجه الدهني – وليس على مقلة العين. وقد تكون الرؤية مشوّشة قليلًا بشكل مؤقت بسبب المرهم أو تورّم خفيف في الملتحمة.

متى يمكنني ممارسة الرياضة مجددًا؟

الحركة الخفيفة بعد نحو أسبوعين، والرياضة المكثفة بعد شد الجفن السفلي بعد نحو أربعة أسابيع على أقرب تقدير.

متى تُزال الغرز؟

في العادة بعد نحو خمسة إلى ثمانية أيام – وهو في الوقت نفسه أول فحص متابعة مفصّل.

شد الجفون – مراحل الإجراء خطوة بخطوة

شد الجفون إجراء قصير في العيادة الخارجية. هكذا يجري عادةً – من التحضير مرورًا بيوم العملية وحتى التعافي.

المدة	العلاج	النتيجة	التورّم
90 دقيقة كحد أقصى	في العيادة الخارجية	تظهر عمليًا على الفور	في الغالب 1–2 أسبوع

شد الجفون من الإجراءات التي أجريها أكثر من غيرها – أكثر من 200 كل عام. ولهذا السبب بالذات يستحق الأمر معرفة مراحله: فهي واضحة، ويمكن التخطيط للتعافي جيدًا.

مراحل الإجراء في لمحة

01

قبل 1–3 أسابيع

التحضير

فحص الجفون والتخطيط والتوعية؛ وتُناقَش الأدوية.

02

يوم العملية

العملية

إجراء في العيادة الخارجية لا يتجاوز 90 دقيقة؛ ثم العودة إلى المنزل برفقة مرافق.

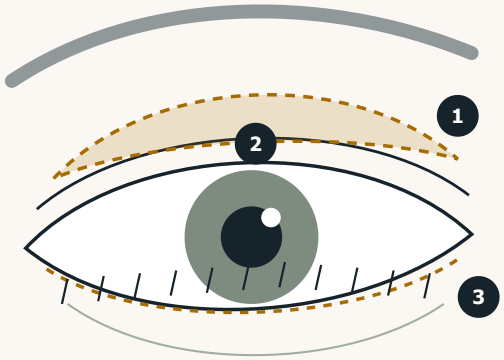
03

1–2 أسبوع

المتابعة

التبريد، وإزالة الغرز بعد بضعة أيام؛ ويزول التورّم في الغالب خلال أسبوع إلى أسبوعين.

ما الذي يحدث أثناء العملية



مسار الشق

1. **شق في ثنية الجفن**
   تقع الندبة لاحقًا بشكل غير لافت في الثنية الطبيعية للجفن العلوي

2. **الجلد الزائد**
   تُزال المنطقة المحدَّدة، وعند الحاجة أيضًا قليل من الدهون أو العضلة

3. **الجفن السفلي**
   شق أسفل الرموش مباشرة – وتُسوّى الأكياس تحت العينين

رسم تخطيطي · إجراء فردي بحسب نتيجة الفحص

رسم تخطيطي. يُخطَّط لنطاق الإجراء ومسار الشق بشكل فردي – ويبقى شكل عينيكم محفوظًا.

المرحلة 1: التحضير

01 الفحص
أقيّم الجلد الزائد، والتراكمات الدهنية، ووضع الجفن، والحاجبين – فأحيانًا يكون الحاجب الهابط هو السبب الفعلي.

02 تقرير طبيب العيون
عند تقيّد مجال الرؤية قد يكون ضروريًا لاحتمال تحمّل التكاليف.

03 الأدوية
لا تُوقَف الأدوية المضادة للتخثّر مؤقتًا إلا بعد استشارة الطبيب.

04 العدسات اللاصقة
تجهيز نظارة للأيام الأولى بعد الإجراء.

05 **التنظيم**

مرافق لطريق العودة – فقيادة السيارة بأنفسكم غير ممكنة يوم العملية.

المرحلة 2: يوم العملية

01 **وضع العلامات**

يُرسَم شريط الجلد المراد إزالته بدقة في وضعية الجلوس.

02 **التخدير**

يُجرى الإجراء في العيادة الخارجية؛ ونناقش نوع التخدير مسبقًا.

03 **الجفن العلوي**

عبر شق في الثنية الطبيعية للجفن يُزال الجلد الزائد، وعند الحاجة قليل من العضلة أو الدهون أيضًا.

04 **الجفن السفلي**

بحسب نتيجة الفحص عبر شق أسفل الرموش مباشرة؛ وتُنعَّم الأكياس تحت العينين.

05 **الخياطة والتبريد**

غرز دقيقة، ثم التبريد.

06 **طريق العودة**

بعد فترة راحة قصيرة تعودون إلى المنزل برفقة مرافق. ولا يستغرق الإجراء إجمالًا أكثر من 90 دقيقة كحد أقصى.

المرحلة 3: المتابعة والتعافي

اليوم 1–3

التبريد، ورفع الرأس، وإراحة العينين؛ والكدمات الخفيفة أمر طبيعي

اليوم 5–7

تُزال الغرز؛ ويشعر كثيرون الآن بالارتياح في الأماكن العامة مجددًا

الأسبوع 2

يكون التورّم وتغيّر اللون قد زالا إلى حد كبير في الغالب؛ والمكياج بعد الاستشارة

الأسبوع 3–4

تصبح الرياضة والعدسات اللاصقة ممكنة مجددًا بعد الاستشارة

الشهر 3

تكاد الندوب في ثنية الجفن لا تُرى

تظهر نتيجة شد الجفون عمليًا على الفور – ومع كل يوم يتراجع فيه التورّم تصبح أكثر طبيعية. وتحمي النظارة الشمسية في الفترة الأولى وتخفي في الوقت نفسه.

تواصلوا معنا فورًا عند حدوث اضطرابات في الرؤية، أو ألم شديد أو متزايد، أو تورّم مشدود، أو حمّى.

قائمة المراجعة الخاصة بكم

- نظارة بدلًا من العدسات اللاصقة في الأيام الأولى
- تجهيز كمادات أو وسائد تبريد
- نظارة شمسية لأولى جولات المشي
- مرافق لطريق العودة
- التخطيط لنحو أسبوع دون مواعيد مهمة

أسئلة شائعة حول مراحل الإجراء

هل يمكنني إجراء شد الجفن العلوي والسفلي في الوقت نفسه؟

نعم، فهذا ممكن في كثير من الأحيان. أما ما إذا كان مناسبًا، فنقرّره بعد الفحص.

متى يمكنني العمل أمام الشاشة مجددًا؟

في الغالب بعد أيام قليلة – مع فترات استراحة، لأن العينين تتعبان بسرعة أكبر في البداية.

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/eyelid-surgery

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:

- Porträt Dr. Wörl in Praxiskleidung: © Lukas Schramm Fotografie (Nutzungsrechte: Dr. med. Hans-Hermann Wörl), alle Rechte vorbehalten; verkleinert, WebP
- Dr. Wörl untersucht die Augenpartie einer Patientin: © Lukas Schramm Fotografie (Nutzungsrechte: Dr. med. Hans-Hermann Wörl), alle Rechte vorbehalten; verkleinert, WebP
- Dr. Wörl im Operationssaal mit Stirnlampe und Mundschutz: © Dr. med. Hans-Hermann Wörl, alle Rechte vorbehalten; WebP (aus der bisherigen Website dr-woerl.de, 240 × 240 px)
- الرسوم التوضيحية: رسوم خاصة (KnoCo UG لصالح Plastetik GmbH)