د. إياس المدانات
الوحدة 303، الطابق الثالث، المبنى B، مبنى ابن سينا 27، مدينة دبي الطبية، دبي، الإمارات العربية المتحدة
info@eyas.doctor · +971 50 108 8378

DR EYAS MEDANAT

الإرشادات

جراحة الجفن السفلي



تُنعّم جراحة الجفن السفلي الانتفاخات تحت العين بإزالة الدهون أو إعادة توزيعها، وأحيانًا بشد الجلد. وبحسب التقنية، تُجرى من داخل الجفن (دون ندبة ظاهرة) أو عبر خط رفيع أسفل الرموش مباشرة. يحتاج التورم تحت العين وقتًا أطول قليلًا ليهدأ مقارنة بجراحة الجفن العلوي.

1 لمحة سريعة

مدة الإجراء	التخدير	العودة إلى المنزل	المشد / الضماد
نحو ساعة	تخدير موضعي مع التهدئة، أو تخدير عام	العودة في اليوم نفسه	لا مشد؛ أحيانًا شريط داعم للجلد لبضعة أيام

الغرز	العودة إلى العمل	الرياضة
تُزال في اليوم 5–7 (أو قابلة للذوبان داخل الجفن)	7–10 أيام	المشي من اليوم الأول؛ النادي بعد 3 أسابيع

2 قبل العملية

خاص بهذا الإجراء

- أحضر نظارة شمسية، وارتدِ النظارات بدلًا من العدسات اللاصقة.
- أوقف الريتينول وكريمات العين حول العينين قبل أسبوع.
- أخبرنا إذا كنت تعاني من جفاف العين أو مشكلات العين المرتبطة بالغدة الدرقية أو أجريت تصحيح النظر بالليزر.
- اتبع تعليمات الصيام والمرافق إذا كنت ستخضع للتهدئة أو التخدير العام.

الاستعداد للجراحة

في الأسبوع السابق

- أوقف الأسبرين والإيبوبروفين والمكملات المسيّلة للدم (زيت السمك، فيتامين E، الجنكة، الثوم، الكركم) قبل 7 أيام، إلا إذا وصفها لك طبيب لحالة في القلب — فاسألنا أولًا. الباراسيتامول مسموح.
- تجنب الكحول قبل 48 ساعة، وقلّل التدخين قدر الإمكان.
- أخبرنا بأدويتك وأي حساسية، وإذا كان لديك تاريخ من قروح البرد أو الندبات البارزة (الجدرة) أو سهولة ظهور الكدمات.
- أبلغنا إذا أُصبت بحرارة أو التهاب جلدي في منطقة العلاج.

يوم الإجراء

- تناول وجبة خفيفة قبل الموعد — يُجرى هذا الإجراء تحت التخدير الموضعي، فلا حاجة للصيام ما لم نطلب منك ذلك.
- احضر وبشرتك نظيفة: دون مكياج أو كريمات أو تان صناعي على المنطقة.
- ارتدِ ملابس مريحة يسهل خلعها وارتداؤها فوق المنطقة المعالجة.

3 بعد العملية

أدويتك

- أوغمنتين (مضاد حيوي): قرص واحد مرتين يوميًا مع الطعام لمدة 7 أيام. أكمل العلاج كاملًا حتى لو شعرت بتحسن. وأخبرنا قبل الجراحة إذا كانت لديك حساسية من البنسلين.
- ريباريل (لتخفيف التورم والكدمات): قرصان ثلاث مرات يوميًا لمدة 7–14 يومًا، حسب ما نحدده لك.
- بروفين (مسكّن للألم): تناوله فقط عند الحاجة ومع الطعام. إذا كنت لا تستطيع تناول المسكنات المضادة للالتهاب — مثلًا بسبب قرحة المعدة أو مشكلات الكلى أو الربو — فأخبرنا وسنعطيك بديلًا.
- مرهم توبراديكس للعين: مرة واحدة يوميًا قبل النوم داخل العين — اسحب الجفن السفلي برفق وضع خطًا رفيعًا من المرهم. ومن اليوم الثالث، بعد إزالة أي شرائط، ضعه أيضًا على الجرح أسفل الرموش (إن وُجد).
- قطرة توبراديكس للعين: قطرة واحدة 3–4 مرات يوميًا.
- بعد الأسبوع الأول، أوقف توبراديكس (المرهم والقطرة) واستخدم فقط قطرات مرطبة للعين مثل Artelac Advanced كلما شعرت بجفاف العين.
- بعد ذلك، إذا كانت لديك ندبة أسفل الرموش، فضع عليها جل سيليكون للندبات مع حماية من الأشعة فوق البنفسجية، مثل NewGel+ UV، مرتين يوميًا بعد التئامها.

أول 48 ساعة

- كمادات باردة لمدة 10–15 دقيقة كل ساعة أثناء الاستيقاظ.
- أبقِ رأسك مرفوعًا على وسادتين ونَم على ظهرك خلال الأسبوع الأول.
- الرؤية الضبابية بسبب المرهم وبعض الدموع الممزوجة بالدم أمر طبيعي في البداية.

العناية بالعين والجرح

- استخدم القطرات والمرهم كما هو موضح في قسم أدويتك.
- نظّف أي خط غرز خارجي بلطف مرتين يوميًا بماء مغلي مبرّد وعود قطني.
- قد يبدو بياض العين متورمًا أو هلاميًا (وذمة الملتحمة) لبضعة أيام — استمر في القطرات وأخبرنا في موعد المراجعة.

- إذا أُعطيت تعليمات للتثبيت بالشريط أو التدليك للجفن السفلي فاتبعها — فهي تساعد الجفن على الاستقرار في مكانه أثناء الالتئام.
- لا تفرك الجفن السفلي ولا تشدّه للأسفل.

الحياة اليومية

- لا عدسات لاصقة ولا مكياج للعين لمدة أسبوعين.
- نظارة شمسية في الخارج؛ تجنب أحواض السباحة والغبار والرياح لمدة أسبوعين.
- تجنب الانحناء ورفع الأثقال والتمارين المجهدة لمدة 2–3 أسابيع.
- لا تقد السيارة حتى تصبح رؤيتك واضحة وتتوقف عن الأدوية المهدئة.

4 مراحل التعافي أسبوعًا بأسبوع

اليوم 1–3
ذروة التورم والكدمات تحت العينين.

اليوم 5–7
إزالة أي غرز خارجية.

الأسبوع 2
زوال معظم الكدمات؛ العودة إلى العمل ومكياج خفيف.

الأسبوع 4–8
يهدأ الانتفاخ المتبقي تدريجيًا، خاصة في الصباح.

الشهر 3–6
الشكل النهائي.

5 زيارات المتابعة

- بعد أسبوع واحد من الإجراء
- بعد 3 أسابيع من الإجراء
- بعد 6 أسابيع من الإجراء

اتصل بنا فورًا إذا لاحظت

⚠ ألم شديد مفاجئ في العين، أو بروز العين، أو أي فقدان أو تغير في الرؤية — اتصل بنا فورًا.

⚠ انسحاب الجفن السفلي للأسفل بعيدًا عن العين، أو عدم انغلاق العين بالكامل.

⚠ حرارة 38 درجة مئوية أو أكثر، أو قشعريرة، أو شعور عام بالتوعك.

⚠ نزيف يبلل الضماد بالكامل، أو لا يتوقف بعد 10 دقائق من الضغط المستمر.

⚠ تورم مفاجئ ومشدود ومؤلم، أو أكبر بوضوح في جهة من الأخرى.

⚠ احمرار يمتد، أو حرارة متزايدة، أو صديد، أو رائحة كريهة من الجرح.

⚠ ألم يزداد بدلًا من أن يتحسن، أو لا تسيطر عليه الأدوية التي أعطيناك إياها.

⚠ ألم أو تورم أو احمرار في ربلة الساق، أو ضيق تنفس جديد أو ألم في الصدر — اتصل بـ 998 أولًا.

⊕ ألم في الصدر أو صعوبة في التنفس أو نزيف شديد لا يتوقف: اتصل بالإسعاف على 998 أو توجّه إلى أقرب قسم طوارئ، ثم أبلغنا.

أسئلة خلال فترة التعافي — راسل العيادة أو اتصل بها في أي وقت — لا يوجد سؤال صغير، ومن الأفضل دائمًا أن تسأل مبكرًا. **+971 50 108 8378** (WhatsApp) · info@eyas.doctor

يقدّم هذا الدليل نصائح عامة. قد يعطيك د. إياس تعليمات خاصة بك — في الاستشارة أو عند عودتك إلى المنزل بعد العملية. إذا اختلفت تعليماته عن هذا الدليل، فاتبع تعليماته. وإذا لم تكن متأكدًا، راسلنا. آخر مراجعة: نوفمبر 2026.