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 · تقشير البشرة

# تقشير تجديد البشرة



التقشير الكيميائي يزيل الطبقة الخارجية الباهتة من الجلد بطريقة مضبوطة، لتظهر بشرة أكثر نضارة ونعومة وتوحّدًا. وبحسب نوع التقشير قد تتقشّر البشرة لعدة أيام.

## 1 لمحة سريعة

| | | |
|---|---|---|
| مدة الإجراء<br>20–30 دقيقة | التخدير<br>دون تخدير؛ شعور بالدفء أو الوخز لبضع دقائق | العودة إلى العمل<br>مباشرة أو في اليوم التالي |
| الرياضة<br>بعد 48 ساعة | النتائج<br>بعد انتهاء التقشّر، نحو 7–10 أيام | مدة الاستمرار<br>أفضل نتيجة مع عدة جلسات |

## 2 قبل العلاج

### خاص بهذا الإجراء

- أوقف الريتينول والأحماض والمقشرات قبل 5–7 أيام.
- لا إزالة شعر بالشمع أو الخيط ولا ليزر على المنطقة لمدة أسبوع قبل الجلسة.
- تجنب حروق الشمس والتسمير لمدة أسبوعين قبل الجلسة.
- أخبرنا إذا كانت تصيبك قرحة البرد، أو كنتِ حاملًا أو مرضعة، أو تناولت الأيزوتريتينوين (روأكيوتان) خلال آخر 6 أشهر.

## 3 بعد العلاج

### أول 48 ساعة

- الشد والاحمرار والشعور بالدفء متوقعة.
- اغسل بماء بارد وغسول لطيف فقط؛ وجفّف بالتربيت.
- رطّب كثيرًا بالمنتج الذي ننصحك به.
- لا رياضة ولا ساونا ولا بخار ولا سباحة لمدة 48 ساعة.

### أثناء تقشّر البشرة

- يبدأ التقشّر عادةً في اليوم 2–3 ويستمر 3–7 أيام.
- لا تنزع الجلد المتقشّر ولا تفركه — قد يترك ذلك علامات.

- لا ريتينول ولا أحماض ولا فيتامين C ولا مقشرات حتى ينتهي التقشّر.
- لا إزالة شعر بالشمع أو الخيط ولا ليزر لمدة أسبوعين.

### الشمس

- واقي شمس SPF 50 يوميًا مع تجديده كل ساعتين في الخارج، لمدة 4 أسابيع على الأقل.
- تجنب الشمس المباشرة وارتدِ قبعة — البشرة الجديدة تتصبّغ بسهولة.

## 4 مراحل التعافي أسبوعًا بأسبوع

### اليوم 1–2

بشرة مشدودة مع احمرار خفيف.

**اليوم 2–7**
تقشّر.

**اليوم 7–10**
بشرة جديدة أكثر نعومة.

## 5 الجلسات الموصى بها

- جلسة واحدة تكفي عادةً. يُنصح بتكرارها كل 5 أسابيع تقريبًا للحفاظ على النتيجة.

### اتصل بنا فورًا إذا لاحظت

- ⚠ بثور أو قشور أو إفرازات أو تورم شديد.
- ⚠ ظهور قرحة برد في المنطقة المعالجة.
- ⚠ ظهور بقع داكنة بعد التئام التقشير.
- ⚠ احمرار أو حرارة أو تورم أو ألم يزداد بعد أول 2–3 أيام، أو صديد، أو ارتفاع في الحرارة.
- ⚠ أي شيء يقلقك — أرسل لنا صورة عبر واتساب وسننصحك.

⊕ 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.