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 · شد الجفون العلوية

# قص الجفون العلوية



تزيل جراحة الجفن العلوي الجلد الزائد، وأحيانًا قليلًا من الدهون، عبر شق مخفي في ثنية الجفن الطبيعية. التعافي سريع والعناية بسيطة: أبقِ الشرائط اللاصقة أول 3 أيام، ثم استخدم المرهم الذي نعطيك إياه حتى موعد المراجعة.

## 1 لمحة سريعة

| مدة الإجراء | التخدير | العودة إلى المنزل | المشد / الضماد |
|---|---|---|---|
| نحو ساعة | تخدير موضعي، مع التهدئة إن رغبت | العودة في اليوم نفسه | شرائط لاصقة (ستيري ستريبس) على الجرح — يمكنك إزالتها من اليوم الثالث، ثم المرهم |

| الغرز | العودة إلى العمل | الرياضة |
|---|---|---|
| تُزال في اليوم 5–7 | 7–10 أيام | المشي من اليوم الأول؛ النادي بعد 3 أسابيع |

## 2 قبل العملية

### خاص بهذا الإجراء

- أحضر نظارة شمسية لطريق العودة، وارتدِ النظارات بدلًا من العدسات اللاصقة.
- أوقف سيروومات الرموش والريتينول وكريمات العين حول العينين قبل أسبوع.
- إذا كنت تعاني من جفاف العين أو تستخدم قطرات، فأخبرنا — قد نعطيك قطرات مرطبة تبدأ بها مسبقًا.
- إذا اخترت التهدئة، فاتبع تعليمات الصيام والمرافق الخاصة بالتخدير.

### 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 الشرائط اللاصقة، ضعه أيضًا على الجرح.
- 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، وعند التئام الجرح، ضع جل سيليكون للندبات مع حماية من الأشعة فوق البنفسجية، مثل NewGel+ UV، على الندبة مرتين يوميًا.

### أول 48 ساعة

- اترك الشرائط اللاصقة (ستيري ستريبس) الرفيعة على ثنية الجفن في مكانها وحافظ على جفافها.
- لا تضع كمادات باردة أو ساخنة على العينين.
- نَم واسترح ورأسك مرفوع على وسادتين خلال الأسبوع الأول.
- قد تكون الرؤية ضبابية قليلًا بسبب المرهم — هذا طبيعي. أرح عينيك وقلّل الشاشات والقراءة في أول 2–3 أيام.

### العناية بالعين والجرح

- من اليوم الثالث يمكنك إزالة الشرائط اللاصقة بنفسك: انزع كل شريط ببطء ولطف، من الطرف الخارجي باتجاه الأنف.
- بعد إزالة الشرائط، ضع مرهم توبراديكس للعين على طول الجرح أيضًا (انظر قسم أدويتك). لا حاجة لغسل الجرح أو تنظيفه بالماء.

- استخدم قطرات العين كما هو موضح في قسم أدويتك — قد تشعر بجفاف أو حرقة في العين لبضعة أسابيع.
- لا تفرك عينيك. ربّت ولا تشدّ.
- يمكنك الاستحمام من اليوم الثاني مع إبعاد وجهك وعينيك عن تيار الماء.

### الحياة اليومية

- لا عدسات لاصقة ولا مكياج للعين لمدة أسبوعين (أو حتى نؤكد التئام الجرح). استخدم منتجات مكياج عين جديدة عند العودة إليها.
- ارتدِ النظارة الشمسية في الخارج، وتجنب الغبار والرياح وأحواض السباحة لمدة أسبوعين.
- تجنب الانحناء ورفع الأثقال والتمارين المجهدة لمدة أسبوعين.
- لا تقد السيارة حتى تصبح رؤيتك واضحة وتتوقف عن أي أدوية مهدئة.

## 4 مراحل التعافي أسبوعًا بأسبوع

**اليوم 1–3**
ذروة التورم والكدمات. شد في الجفون، وبعض الدموع أو الجفاف. يمكن إزالة الشرائط اللاصقة من اليوم الثالث والبدء بالمرهم.

**اليوم 5–7**
إزالة الغرز. الكدمات تتلاشى.

**اليوم 10–14**
يعود معظم المرضى إلى العمل والحياة الاجتماعية؛ ويمكن عادةً العودة إلى مكياج العين والعدسات.

**الأسبوع 4–6**
تلين الندبة وتصبح وردية فاتحة.

**الشهر 3–6**
تختفي الندبة في الثنية؛ النتيجة النهائية.

## 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 — هذه حالة طارئة؛ اتصل بنا فورًا.

⚠ تورم يزداد بسرعة في جهة واحدة مع شعور بالضغط خلف العين.

⚠ 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.