Dr. Mustafa Aydınol

الإصدار: سبتمبر 2026

دليل المريض

دليل جراحة الجفن

ما أشرحه لكل مريض قبل عملية رأب الجفن في إسطنبول: الجفون العلوية أو السفلية، متى يكون الحاجب هو المشكلة الحقيقية، متى يتم إعادة تموضع الدهون ومتى يتم إزالتها، وكيف يبدو تعافيك حقًا.



د. مصطفى أيدينول

جرّاح تجميل وترميم وجراحة تجميلية، إسطنبول

عضو في الجمعية الدولية للجراحة التجميلية والجمالية (ISAPS)

Turkish Society of Plastic Reconstructive and Aesthetic Surgeons

ترخيص سياحة صحية، وزارة الصحة التركية

قبل أن تبدأ

مرضى اليوم يطلبون أن يبدوا مرتاحين، لا مختلفين. جراحة الجفون الجيدة هي الإجراء الذي يلاحظه الأصدقاء دون أن يستطيعوا تحديد ما الذي تغيّر.

الكثير من المرضى الذين يستفسرون عن جراحة الجفن لا يعانون في الواقع من مشكلة في الجفن نفسه. قد تبدو الحواجب المتدلية، الجلد الزائد في الجفن، أكياس الدهون، وجودة الجلد متشابهة في المرآة، وكل منها يحتاج إلى علاج مختلف. يشرح هذا الدليل كيف أميز بينها.

اقرأه على مهل. عندما تكون مستعدًا، أرسل لي بعض الصور وسأخبرك بصدق ما إذا كنت بحاجة إلى جراحة على الإطلاق، وإذا كنت كذلك، فما هو نوعها.

د. مصطفى أيدينول

في هذا الدليل

01 ما يمكن أن تفعله جراحة الجفون، وما لا يمكنها فعله

02 الجفن أم الحاجب: اختبار المرآة

03 جراحة الجفن العلوي والسفلي

04 هل أنت مرشح/ة مناسب/ة؟

05 العملية

06 أيامك في إسطنبول

07 بعد عودتك بالطائرة إلى بلدك

08 المخاطر والحدود الصادقة

09 كيفية قراءة صور قبل وبعد

10 أسئلة لطرحها على أي جرّاح

11 التكلفة وكيف تحصل على عرض سعر

12 عن د. Aydınol وخطوتك التالية

01

ما يمكن أن تفعله جراحة الجفون، وما لا يمكنها فعله

يزيل رأب الجفن الجلد الزائد المتدلي في الجفن العلوي ويصحح أكياس تحت العين الناتجة عن بروز الدهون. يغير التعبير المتعب أو الثقيل أو الحزين الذي تخلقه، ويجعل العيون تبدو أكثر انفتاحًا.

أقوم بتقييم منطقة العين بأكملها في ثلاثة أجزاء

الجفن العلوي

تدلي الجفن والجلد الزائد. في الحالات المتقدمة، يستقر على الرموش ويمكن أن يضيق حتى مجال الرؤية العلوي.

الجفن السفلي

أكياس ناتجة عن بروز الدهون، التجويف تحتها، ومدى ثبات دعم الجفن وزاويته الخارجية.

الحاجب

الحاجب المتدلي يبدو كجفون ثقيلة. إذا تمت إزالة جلد الجفن فقط، فإن الحاجب يتدلى أكثر، لذلك أقوم بتقييمه أولاً.

ما لا تفعله جراحة الجفون

- لا تعالج تجاعيد قدم الغراب والتجاعيد الديناميكية.
- لا تعالج الهالات السوداء الناتجة عن التصبغ بدلاً من الظل.
- لا ترفع الحاجب المتدلي أو تحسن جودة وملمس الجلد. تلك تحتاج إلى رفع الحاجب، أو علاجات الليزر أو التجديد.

تغييرات طفيفة؟ قد لا تكون الجراحة هي الحل

ترهل خفيف

عندما يكون الجلد مترهلاً بشكل طفيف فقط، يمكن لـ Endolift أو Fotona SmoothEye شدّه دون جراحة.

جودة الجلد والهالات

علاج الإكسوسوم، حقن الدهون، وعلاجات الليزر تحسن جودة الجلد. إنها مكملات صادقة للجراحة، وليست بدائل.

الحد الصادق: علاجات الليزر والبلازما يمكن أن تشد الجلد المترهل بشكل طفيف، لكنها لا تستطيع إزالة تدلي الجفن أو أكياس الدهون. mustafaaydinol.com/ar/تجديد-منطقة-حول-العينين-وعلاج-الهالات/

02

الجفن أم الحاجب: اختبار المرآة

الكثير من المرضى الذين يستفسرون عن جراحة الجفن لا يعانون في الواقع من مشكلة في الجفن نفسه. إزالة جلد الجفن عندما يكون الحاجب متدليًا يجعل الحاجب يتدلى أكثر، لذا فإن السؤال الأول دائمًا هو من أين يأتي الثقل.

جرب بنفسك

انظر في المرآة وارفع حاجبيك بلطف بإصبعك. إذا اختفى الثقل، فالمشكلة هي الحاجب. إذا كانت طية من الجلد لا تزال متدلية فوق الرموش، فهي الجفن.

عندما يكون كلاهما

معظم المرضى فوق الخمسين لديهم كلاهما. رفع الحاجب أو الصدغ مع رأب الجفن العلوي المحافظ يعطي نتيجة طبيعية تدوم طويلاً أكثر من رأب الجفن العدواني وحده، ويحتاج إلى إزالة كمية أقل من جلد الجفن.

ماذا ترسل لي

صورة مباشرة بتعبير محايد، وصورة بإصبع يرفع كل حاجب. هذا عادة ما يكون كافيًا لأخبرك ما إذا كنت بحاجة إلى عملية جفن، أو عملية حاجب، أو كليهما.

الإزالة المفرطة للجلد أو الدهون تنتج مظهرًا مجوفًا أو متفاجئًا يصعب عكسه. يجب أن تبدو العيون كأنها نفس العيون، ولكن مرتاحة.

جراحة الجفن العلوي والسفلي

ندبة في الثنية

جراحة الجفن العلوي

تتم إزالة قطع بيضاوي دقيق من الجلد الزائد من خلال شق مخفي في ثنية الجفن. عند الحاجة، يتم التعامل مع شريط صغير من العضلات أو القليل من الدهون أيضًا.

مُصمَّم حسب الجفن

الدهون: تُزال، أو يُعاد تموضعها، أو كلاهما

لا أتعامل مع كل كيس في الجفن السفلي بالطريقة نفسها. بناءً على ما يحتاجه الجفن، تُزال الدهون، أو تُنقل إلى التجويف أسفل الكيس، أو كلاهما، حتى لا يتبقى مظهر مجوف.

لا توجد ندبة خارجية

الجفن السفلي، من الداخل

عندما لا يكون هناك جلد زائد، تتم العملية بأكملها من خلال الجزء الداخلي من الجفن، وهو النهج عبر الملتحمة، ولا تترك أي ندبة مرئية.

عندما يكون هناك جلد زائد

الجفن السفلي، أسفل الرموش

عندما يحتوي الجفن السفلي أيضًا على جلد زائد، يتم إخفاء الشق أسفل خط الرموش مباشرة ويتم إزالة شريط محافظ من الجلد.

كانثوبكسي

دعم الزاوية الخارجية للعين

في حال تدلي الزاوية الخارجية أو ارتخاء الجفن، قد تُضاف عملية تثبيت الزاوية الخارجية (كانثوبكسي) في نفس الجلسة لدعمه؛ ويُتخذ هذا القرار بالتشاور قبل الجراحة. في حالة الجفن المرتخي، فإن إجراء عملية بدون هذا الدعم يُخاطر بسحب الجفن إلى الأسفل.

غالبًا ما يتم دمجها

رفع الحاجب أو الصدغ

عندما يكون الحاجب جزءًا من المشكلة، غالبًا ما يتم إجراء رفع الحاجب أو الصدغ مع رأب الجفن العلوي، في جلسة واحدة.

غالبًا ما تُخطط ضمن العملية نفسها

- شد الوجه أو الرقبة، لأن منتصف الوجه والجفون السفلية تتقدم في العمر معًا
- رفع الحاجب أو الصدغ
- تجميل الأنف، رفع الشفاه أو إجراءات الوجه الأخرى
- إجراءات الجسم، عندما لا يتم التخطيط لشد الوجه

لا يتم دمج شد الوجه أبدًا مع جراحة الجسم، لذا فإن الجفون المخطط لها مع شد الوجه تذهب إلى جلسة الوجه. تُخطط التركيبات مسبقًا كعملية واحدة وتعافٍ واحد.

04

هل أنت مرشح/ة مناسب/ة؟

أفضل المرشحين هم من يتمتعون بصحة عامة جيدة، ويعانون من تدلي الجفون أو الأكياس الهيكلية، ويأملون في أن يبدوا مرتاحين بدلاً من أن يبدوا مختلفين.

معظم مرضى جراحة الجفون لدي يقعون في ثلاث مجموعات

تدلي الجفون العلوية

تدلي مرئي، صعوبة في وضع الكحل، شعور بالثقل في نهاية اليوم، أو رفع الحواجب دون ملاحظة لإبقاء العينين مفتوحتين.

أكياس تحت العين

أكياس ناتجة عن بروز الدهون. ولا تستجيب للكريمات أو النوم أو الفيلر بشكل دائم، لأن المشكلة بنيوية.

الحاجب والجفون معًا

معظم المرضى فوق الخمسين. رفع الحاجب أو الصدغ مع رأب الجفن المحافظ، غالبًا في جلسة واحدة.

متى سأقول لا، أو ليس بعد

- جفونك الثقيلة هي في الواقع حاجب متدلٍ. إزالة جلد الجفن ستجعل الأمر أسوأ، لذا يتم تقييم الحاجب بدلاً من ذلك.
- هالاتك السوداء هي تصبغ، وليست ظلاً. الجراحة لا تغير اللون.
- تريد المظهر المبالغ فيه للصور المعدلة. لا توجد عملية تحقق ذلك بشكل طبيعي، وسأقول ذلك بوضوح.
- علاج أصغر وغير جراحي سيخدمك بشكل أفضل. سأخبرك، لأن العلاج الأصغر الصحيح يحافظ على النتائج طبيعية.

05

العملية

التخدير

الجفون العلوية غالبًا ما تكون بتخدير موضعي مع تخدير خفيف؛ السفلية أو المدمجة، تخدير أعمق أو عام

مدة العملية

45 دقيقة إلى ساعتين؛ دعم الزاوية الخارجية يضيف 15 إلى 20 دقيقة

المستشفى

الجفون العلوية وحدها: عادة ما تكون حالة يومية. الجفون السفلية أو الأربعة: عادة ليلة واحدة

الغرز

تُزال في إسطنبول، من اليوم الخامس، ويفضل اليوم السابع

أقوم بإجراء الاستشارة والجراحة شخصيًا. خاصة في الجفن السفلي، يجب أن يكون لخبرة الجراح وزن أكبر في قرارك من السعر.

أين توجد الندوب

توجد ندبة الجفن العلوي في الثنية الطبيعية. بمجرد أن تنضج، تكون غير مرئية بشكل أساسي عندما تكون العينان مفتوحتين.

الجفن السفلي الذي يتم تشغيله من الداخل لا يترك ندبة خارجية؛ والذي يتم تشغيله من الخارج يكون مخفيًا أسفل خط الرموش مباشرة. لا تستخدم المصارف.

06

أيامك في إسطنبول

خطط لحوالي أسبوع في إسطنبول.

اليوم 0

الجراحة

عمليتك. الجفون العلوية وحدها عادة ما تكون حالة يومية؛ بعد جراحة الجفن السفلي أو الجفون الأربعة، عادة ما تبقى ليلة واحدة في المستشفى. تبدأ الكمادات الباردة فورًا.

الأيام 1 إلى 4

الفندق

الرأس مرفوع، لا انحناء أو رفع. يصل التورم والكدمات إلى ذروتهما. كمادات باردة لأول 48 إلى 72 ساعة، قطرات ومرهم تمامًا حسب التوجيهات، الشاشات لفترات قصيرة فقط، ومشي قصير كل يوم.

الأيام 5 إلى 7

إزالة الغرز

تُزال غرزك في فحصك النهائي، في أقرب وقت في اليوم الخامس ويفضل في اليوم السابع.

بعد الفحص

طِر إلى المنزل

معظم المرضى يطيرون إلى بلدهم بين اليوم الخامس واليوم السابع. ارتدِ النظارات الشمسية في الهواء الطلق للحماية من الشمس والرياح.

مخطط التعافي

استخدم/ي مخطط التعافي على موقعي لتحويل تاريخ الجراحة إلى تقويم يومي لرحلتك.
mustafaaydinol.com/ar/مخطط-التعافي/

بعد عودتك بالطائرة إلى بلدك

حوالي أسبوعين

تتلاشى الكدمات إلى حد كبير بحلول اليوم العاشر إلى الرابع عشر؛ بعد جراحة الجفون الأربعة قد يستغرق الأمر من أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع. العمل المكتبي من 7 إلى 10 أيام، ومكياج العيون الخفيف ابتداءً من اليوم العاشر تقريبًا. العدسات اللاصقة (النظارات حتى ذلك الحين)، القيادة، والتمارين الشاقة والرفع الثقيل من حوالي اليوم الرابع عشر.

3 إلى 4 أسابيع

السباحة، والاستحمام، والمسبح أو البحر، من حوالي الأسبوع الثالث إلى الرابع، بمجرد أن تلتئم الشقوق تمامًا.

شهرين

معظم التورم قد استقر. تستمر الندوب في النضج لعدة أشهر أخرى.

حوالي 6 أشهر

النتيجة النهائية. تظهر معظم التحسينات بمجرد استقرار الكدمات بعد حوالي أسبوعين، لكن النتيجة النهائية تستغرق عدة أشهر.

أمور طبيعية في الأسابيع الأولى

- تورم وكدمات تصل إلى ذروتها في الأيام الأولى
- جفاف أو دمعان العينين لبضعة أيام
- ضبابية خفيفة لبضعة أيام
- ندوب وردية تتلاشى على مدى الأشهر التالية

اتصل/ي بفريقي فورًا إذا لاحظت/

- ألم أو تورم حول عين واحدة يزداد فجأة
- أي تغيير في رؤيتك
- حمى أعلى من 38 درجة مئوية
- نزيف لا يتوقف

المخاطر والحدود الصادقة

تشمل الآثار المؤقتة التورم، الكدمات، جفاف أو دمعان العينين، وضبابية خفيفة لبضعة أيام. المضاعفات الخطيرة نادرة. عدم التدخين يحمي شفاءك: أطلب منك التوقف قبل أربعة أسابيع من الجراحة.

جفاف أو دمعان العينين

شائع ومؤقت. قطرات الترطيب والمرهم، المستخدمة تمامًا حسب التوجيهات، تحمي العين أثناء استقرارها.

عدم التماثل والتندب

غير شائع. توجد الندبة العلوية في الثنية، وبمجرد أن تنضج، تكون غير مرئية بشكل أساسي عندما تكون العينان مفتوحتين.

موضع الجفن السفلي

نادرًا، يمكن أن ينسحب حافة الجفن السفلي إلى الأسفل أو يبدو مستديرًا. دعم الجفن المترهل في نفس العملية هو كيف أقلل من هذا.

التصحيح المفرط

صعوبة في إغلاق العينين، أو مظهر مجوف، متفاجئ بعد الإزالة العدوانية. كلاهما سببان لإجرائي الإزالة بشكل محافظ.

حدّان صادقان

تدوم نتائج الجفن العلوي عادة من عشرة إلى خمسة عشر عامًا، والعديد من المرضى لا يكررون العملية أبدًا. تصحيح دهون الجفن السفلي شبه دائم، لكن الجلد يستمر في التقدم في العمر.

جراحة الجفون لا تعالج تجاعيد قدم الغراب، التصبغ أو جودة الجلد. تلك تحتاج إلى علاجات أخرى، وسأخبرك بأيها.

09

كيفية قراءة صور قبل وبعد

الإضاءة الناعمة، الحواجب المرفوعة أو الابتسامة يمكن أن تجعل أي نتيجة لجراحة الجفون تبدو جيدة تقريبًا. مقارنة عادلة تظهر العينين في حالة راحة.

ما الذي تبحث/ين عنه

- ✓ نفس الإضاءة وتعبير محايد في كلتا الصورتين، مع العينين مفتوحتين وتنظران مباشرة إلى الأمام.
- ✓ الحواجب في نفس الموضع. الحواجب المرفوعة تخفي تدلي الجفن في صورة قبل.
- ✓ الجفن السفلي: منحنى طبيعي، ليس مستديرًا أو منسحبًا، ولا يوجد تجويف حيث كانت الكيسة.
- ✓ الطوابع الزمنية. الصور الملتقطة بعد أسبوعين ليست النتيجة النهائية. اطلب رؤية عدة أشهر.

جراحة الجفون الجيدة هي الإجراء الذي يلاحظه الأصدقاء دون أن يستطيعوا تحديد ما الذي تغيّر. إذا كان مظهر قبل وبعد يبدو وكأنهما شخصان مختلفان، فهذه ليست النتيجة التي أهدف إليها.

أسئلة لطرحها على أي جرّاح

الجرّاح أهم من التقنية، والبنية المحيطة بالجراحة لا تقل أهمية عن الجراحة نفسها.

1. هل أنت معتمد في الجراحة التجميلية والترميمية والجمالية، ومن يقوم بالجراحة بالضبط؟
2. هل مشكلتي هي الجفن، الحاجب أم كلاهما؟
3. هل ستقوم بإزالة أو إعادة تموضع الدهون في جفوني السفلية؟
4. هل يحتاج جفني السفلي إلى دعم في الزاوية الخارجية؟
5. ما هو نوع التخدير الذي سأحصل عليه، وهل سأبقى في المستشفى؟
6. متى تُزال الغرز، ومتى يمكنني السفر؟
7. ماذا يحدث إذا احتاج شيء ما إلى اهتمام بعد عودتي إلى الوطن؟
8. ما الذي يتضمنه السعر بالضبط؟

إشارات تحذيرية

- جراحة الجفن السفلي التي يتم اختيارها بناءً على السعر فقط
- التخطيط لإزالة جلد الجفن دون النظر إلى الحاجب
- وعد بمظهر عين الثعلب المبالغ فيه
- لا توجد إجابة واضحة حول من يجري العملية

التكلفة وكيف تحصل على عرض سعر

تكلفة جراحة الجفون في إسطنبول أقل بكثير مما هي عليه في أوروبا الغربية. أقدم عرض سعر مكتوب بعد مراجعة صورك، وليس قبل ذلك، لأن الخطة تحدد السعر.

ما الذي يشكّل عرض سعرك

- الجفون العلوية، الجفون السفلية أو كلاهما
- إزالة الدهون أو إعادة توضعها، وأي دعم للزاوية الخارجية للعين
- تخدير موضعي مع تخدير، أو تخدير عام
- الإجراءات المدمجة، مثل رفع الحاجب أو الصدغ

كيف تحصل/ين على عرض سعرك

1

أرسل/ي صورك

صورة مباشرة بتعبير محايد، وصورة بإصبع يرفع كل حاجب.

2

مكالمة فيديو

نتحدث عما يزعجك، وما تحتاجه عيناك، وأسئلتك.

3

عرض سعر مكتوب

خطتك وعرض سعرك مكتوبين، مع قائمة بما هو مشمول بالضبط.

عن الدكتور أيدينول



أكملت تدريبي التخصصي في جراحة التجميل والترميم والجراحة التجميلية في جامعة Dicle (2012 إلى 2017)، وأدير عيادتي الخاصة في إسطنبول منذ 2020. يشمل عملي تجديد شباب الوجه، تجميل الأنف، جراحة الثدي ونحت القوام، دائمًا بالقاعدة نفسها: الإجراء الصحيح في الوقت الصحيح، أو «لا» صادقة.

يسافر مرضى من ألمانيا وإيطاليا والمملكة المتحدة والشرق الأوسط والعديد من الدول الأخرى إلى إسطنبول لإجراء الجراحة معي. أنا وفريقي نخطط للرحلة كاملة حول العملية.

- أكثر من 10,000 إجراء جراحي
- عضو في الجمعية الدولية للجراحة التجميلية والجمالية (ISAPS)
- Turkish Society of Plastic Reconstructive and Aesthetic Surgeons
- الجمعية الأوروبية لتجميل الأنف
- ترخيص سياحة صحية، وزارة الصحة التركية

خطوتك التالية

أرسل/ي بضع صور عبر WhatsApp. أخبرني بما يزعجك أكثر، وسأخبرك بصراحة بما أوصي به.

واتساب +90 544 772 07 72

البريد الإلكتروني info@mustafaaydinol.com

العيادة Yeşilçimen Sokak No:12, Polat Tower Residence K:2 D:20, Fulya, Şişli, Istanbul

راسلنا على WhatsApp

خطط لتعافيك

جراحة الجفون

هذا الدليل معلومات عامة ولا يغني عن استشارة طبية شخصية. تعتمد خطتك والعملية وتعافيك على فحصك الشخصي.