كل ما تحتاج معرفته عن عملية:

تجميل الأنف

مقدمه

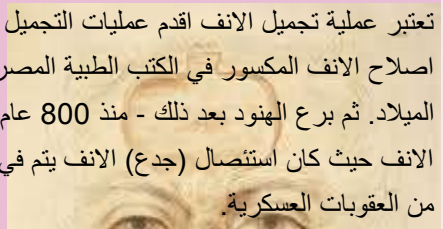
تعتبر عمليات تجميل الأنف من بين العمليات التجميلية الأكثر انتشارا عند الذكور والإناث ، وهنالك ارتفاع بارز في عدد الرجال الذين يقررون إجرائها. ويشكل الأنف عند الكثيرين حاجزا للمنظر الجميل الذي يسعى وراءه كل شاب وفتاه ، ويشكل عند البعض الأخر وفي حالات كون الأنف بارزا أو شاذا في مظهره مجالا لسماع ملاحظات وتعليقات سيئة وليتم التغلب على هذا الحاجز يلجؤون لإجراء عملية جراحية تجميلية بالأنف. هذه العمليات تتطلب مهارة وخبرة كبيرة من الجراح الذي سيقوم بها. وبصفة عامة تجري عملية تجميل الانف للأشخاص ذوي الأنف الكبير , المُنحن أو الأنف الأحدب أو الشاذ بشكله , وغالباً يستحسن إجراء عملية الأنف بعد الانتهاء من عملية نموه .

يقدم هذا الكتيب نبذة عن تاريخ هذه العملية, وطريقتها والمضاعفات التي قد تحدث بعدها بالأضافة لبعض النصائح الهامة لكل من اراد اجراء هذه العملية.

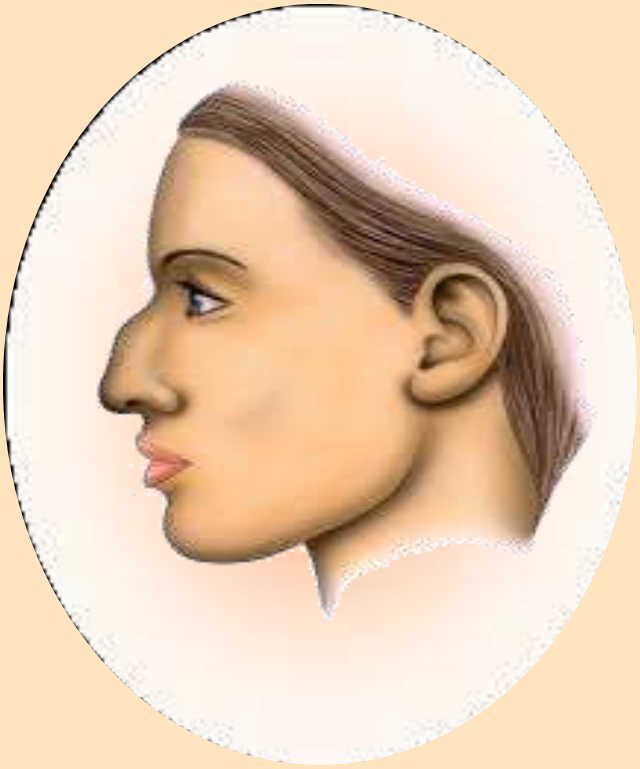
د. سامي الحارثي

نبذة تاريخية:

تعتبر عملية تجميل الانف اقدم عمليات التجميل على الاطلاق حيث ورد الحديث عن اصلاح الانف المكسور في الكتب الطبية المصرية القديمة منذ 3000 عام قبل الميلاد. ثم برع الهنود بعد ذلك - منذ 800 عام قبل الميلاد - في عمليات ترميم الانف حيث كان استئصال (جدع) الانف يتم في ذلك الوقت لاسباب دينية او كنوع من العقوبات العسكرية.



وكشأن معظم عمليات التجميل الاخرى ومع مرور الزمن توسعت الاسباب لهذه العمليات من هدفها الرئيسي في اصلاح العيوب الى تغيير بالشكل حتى عند عدم الضرورة ولاسباب غير مبررة وغير منطقية احيانا!. يعود ذلك لعدة اسباب منها على سبيل المثال اعتقاد بعض الشعوب ان شكل الأنف يلعب دورا كبيرا في تحديد حياة و شخصية الإنسان فمثلا يعتقد الصينيون أن السعادة الزوجية ترتبط بنسبة كبيرة بشكل الأنف!. ووصف كثير من الفلاسفة ما أسموه بالأنف المثالي وربطوا بينه وبين الشخصية القوية النشطة ذات الطبيعة العاطفية والذي يستطيع صاحبه أداء كثير من الأعمال بنجاح. تجدر الاشارة الى وجود دراسات تربط بين تغير شكل الوجه والأنف وتحسن الحالة النفسية لدى المريض وزيادة الثقة بالنفس.

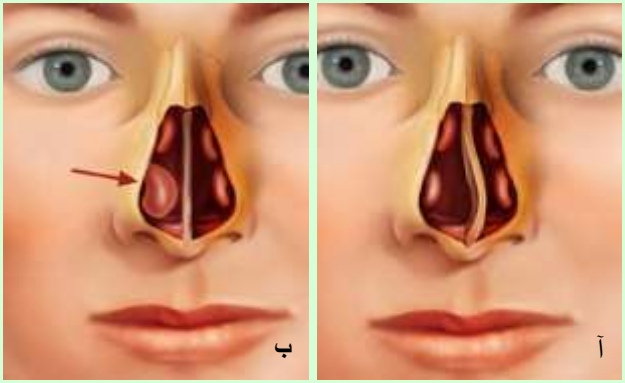


أما في المجتمعات العربية فأكثر من 90% من عمليات الوجه تتركز في تجميل الأنف حيث يتميز الأنف العربي بسماكة جلده وضخامته وعرضه، لذلك يسعى الكثير من السيدات وكذلك نسبة كبيرة من الرجال في المجتمع العربي إلى تجميل الأنف وتعديله وإعادته إلى شكله الطبيعي. حيث يُعدُّ الأنف أهم الأعضاء تحديدًا لملامح الوجه، وبما أنه العضو الأبرز بالوجه فإنّ أيّ تغيّر مهما كان طفيفًا في شكل وحجم الأنف يُؤدِّي إلى إحداث تأثير كبير في مظهر الإنسان.

لدواعي والاسباب:

تتم عملية تجميل الأنف لوجود صعوبة في التنفس عن طريق الأنف (تجميل الأنف الوظيفي) أو لتحسين مظهر الأنف الخارجي (تجميل الأنف الشكلي).

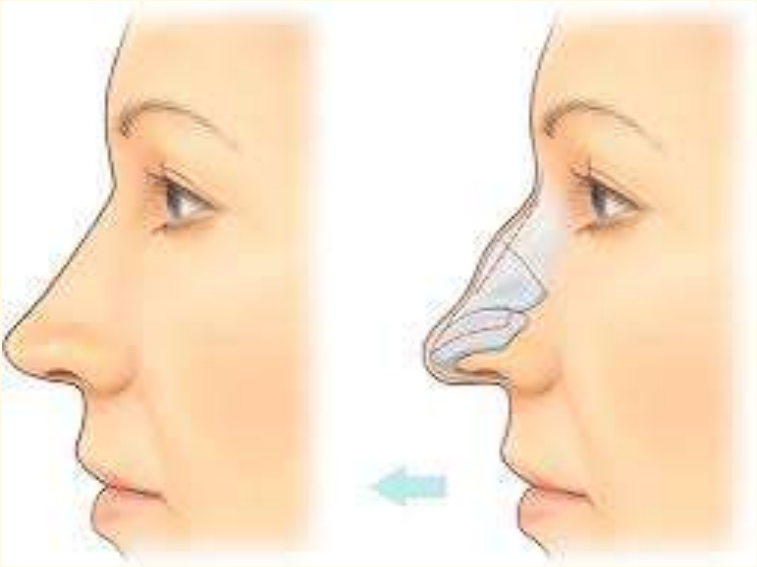
تجرى عملية تجميل الأنف الوظيفية لعدة اسباب منها انحراف الحاجز الانفي الفاصل بين فتحتي الانف والذي يصاحبة غالبا تضخم في بعض انسجة الانف الداخلية او تشوهات في غضاريف الانف تؤدي لانسداد الانف، او بسبب اصابات او عمليات سابقة للانف كان التعامل فيها مبالغا فيه مع عظام وغضاريف الانف ادى مع مرور الوقت الى صعوبة في التنفس عن طريق الانف او الى آلام بالوجه وصداع او التهابات متكررة بالجيوب الانفية او الاذن. في هذه العملية يتم التركيز على عدة مناطق بالأنف منها فتحات الأنف وتسمى الصمام الخارجي، الجزء الأوسط من الأنف ويسمى الحاجز الأنفي (آ) ،الأنسجة على جانبي الأنف من الداخل وتسمى القرينات الأنفية **(ب)** ، وغضاريف وسط الأنف حيث صمام الأنف الداخلي. كما يفضل في جميع الحالات فحص الانف بالمنظار لتقييم الجيوب الأنفية والجزء الخلفي من الأنف بالاضافة الى البلعوم الأنفي للتأكد من عدم وجود لحميات متضخمة او أورام خصوصا عند وجود شكوى من صعوبة في التنفس.



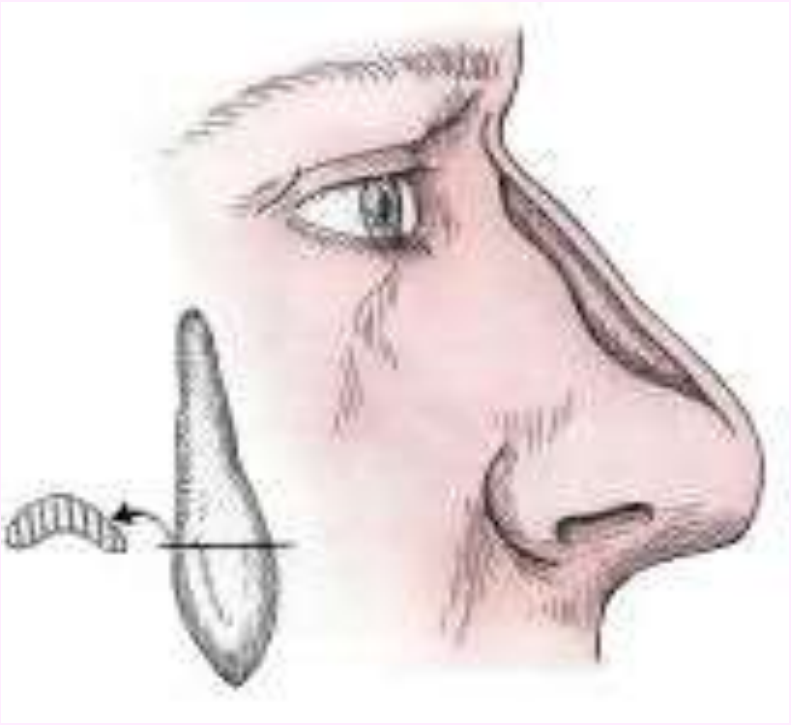
كل ما ذكر أعلاه قد يساهم في وجود صعوبة في التنفس عن طريق الأنف قد تستدعي التدخل لعلاجه أثناء العملية للحصول على أفضل النتائج الممكنة. من الأمثلة على ذلك عملية تعديل الحاجز الأنفي أو تصغير حجم القرينات بطرق مختلفة أو عمليات توسعة مجرى الهواء على مستوى عظام أو غضاريف الأنف.

تقوم الجراحة عادة على فصل الجلد الخارجي والغشاء الداخلي للأنف عن اساساته المكونة من عظم في الاعلى وغضروف في الاسفل. هذه الاساسات يعاد تشكيلها ونحتها بواسطة الكسر او البرد او القص او الخياطة لاعطائها الشكل المبتغى. ثم يعاد بسط الجلد دون قطعه على الاساسات الجديدة فينكمش عليها ويعطي الشكل المرجو، ونحن نعرف جيداً انه كلما كان الجلد سميكاً، قل انكماشه وبالتالي انخفضت توقعاتنا للنتيجة النهائية.

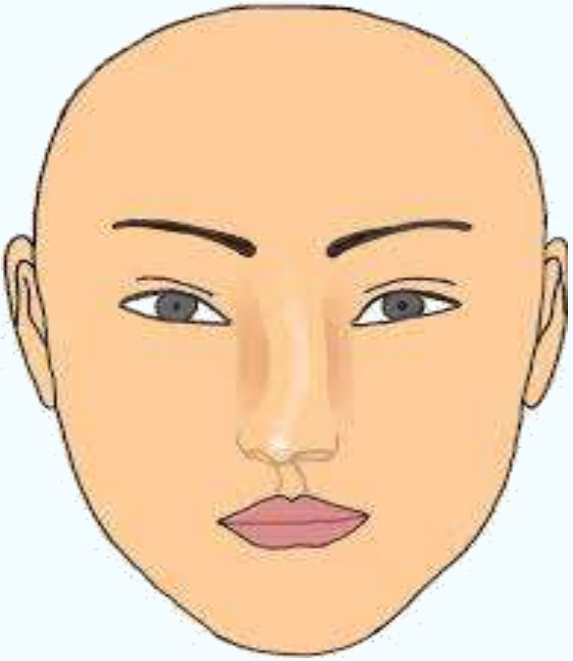
تعتبر عمليات تجميل وترميم الانف من أكثر االعمليات التي تتطلب خبرات جراحية خاصة، حيث انها تتطلب مهارة فائقة وإلماما علميا كبيرا وبرغم كل ذلك تبقى نتائجها غير مضمونة دائما ولا تخلو من المخاطر.



ولقد ساهمت التقنيات الحديثة في الاستغناء عن وضع أي حشوات داخل الأنف. وهو ما يجعل مرحلة ما بعد العمليَّة أسهل بكثير بالمقارنة مع الطرق الجراحيَّة القديمة التي تتطلب وضع هذه الحشوات.



قد يحتاج جراح تجميل وترميم الوجه والأنف في حالات معينة منها عمليات تجميل الانف المعادة إلى تدعيم أو إعادة بناء هيكل الأنف، ويتم أخذ هذه الدعامة من نفس المريض إما من الحاجز الأنفي أو غضروف الأذن أو أحد الأضلاع، تتم مناقشة ايجابيات وسلبيات وأي مضاعفات محتملة مع المريض قبل العملية لاختيار الأنسب.



من المهم أن يتخذ المريض قرار العملية التجميلية بقناعة تامة حيث أن هذه تعتبر عملية اختيارية بحتة. ومن المهم أن يذكر المريض كافة الأدوية التي يتناولها لطبيبه وكذلك أي دواء أو غذاء يتحسس له.

اختيار جراح تجميل الأنف هو عملية جراحية دقيقة لذا من المهم التوجه دوماً الى اختصاصي في هذا المجال، لديه المام تام بتركيب الانف ومكوناته الدقيقة ووظائفه وخبرة طويلة في هذا المجال.

هذه التعلميات والتوجيهات مفيدة جداً إذا كنت قد عزمت على إجراء العملية:

إبدأ الآن:

- توقف عن التدخين إذا كنت مدخناً, فالتدخين قد يؤثر سلباً على إلتئام الجروح.
- تناول غذاء صحياً بالإضافة إلى المكملات الغذائية كالفيتامينات (فيتامين Cمثلا يساعد على التئام الجروح بشكل جيد).
- تجنب تناول مسكنات الألم مثل الأسبرين والبروفين لأنها تزيد فرص النزيف أثناء وبعد العملية ويمكن إستخدام البنادول كبديل مناسب.

اليوم السابق للعملية:

- تأكد من وقت العملية.
- نظف مكان العملية جيداً بالماء والصابون.
- تجنب الأكل والشرب لمدة 8 ساعات قبل موعد العملية.

يوم العملية:

- إذا كنت تستخدم بعض الأدوية لمرض مزمن، فإنه بإمكانك تناولها مع كمية قليلة من الماء فقط لتتمكن من بلعها.
- بإمكانك تفريش أسنانك.
- نظف مكان العملية جيداً بالماء والصابون.
- إستخدام ملابس مريحة ذات رقبة واسعة حتى يسهل تبديلها بعد العملية.
- يفضل ترك المجوهرات والمقتنيات الثمينة مثل الحلق في المنزل.
- يفضل عدم إستخدام المكياج أو أي مساحيق أو كريمات ترطيب.

غرفة العمليات:

- من الطبيعي الشعور ببعض الخوف والقلق عند التوجه إلى جناح العمليات.
- سيستقبلك هناك طبيب التخدير وطاقم التمريض ,وتبدأ الإجراءات الروتينية لعملية التخدير من توصيل الأجهزة وحقن بعض الأدوية المنومة.

غرفة الإفاقة:

- عند الإنتهاء من العملية ووضع غطاء الأنف سيتم نقلك لغرفة الإفاقة وتوصيل بعض الأجهزة للملاحظة الطبية عند الافاقة من التخدير.
- ستبقى تحت ملاحظة طبية دقيقة حتى تفوق من التخدير تماماً (قد يستغرق ذلك من ساعة إلى 4 ساعات).قد لا تتذكر هذه الأحداث عندما تفيق تماما وتنقل لغرفتك.
- قد تشعر بجفاف وألم خفيف في الحلق، ولن تستطيع التنفس عن طريق الأنف بشكل جيد.

ترتيبات مابعد العملية:

- قد يستمر الشعور بالنعاس والخمول في حالات نادرة حتى اليوم التالي للعملية.
- يعتبر خروج قطرات من الدم قليلاً الشاش المغطي للأنف شيئا طبيعيا لا يستدعي الاهتمام.

أول (48) ساعة :

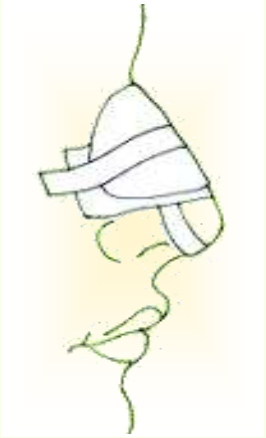
- من المهم جداً الراحة الكافية خلال هذه المدة.
- مما شعرت بالنشاط بفضل عدم القيام بالأعمال المنزلية كالتنظيف أو ترتيب المنزل أو غرفتك.
- الكمادات الباردة تساعد على تقليل النزيف، والألم (تذكر قاعدة 20:20 اي أن تستخدم 20 دقيقة وتترك 20 دقيقة). إذا كان وضع الثلج يسبب الألم ممكن التقليل من إستخدامه.
- التدرج في الأكل إبتداءً من السوائل حتى الأكل الطبيعي وهناك بعض الأدوية التي تخفف من الشعور بالغثيان إذا كنت تشعر بذلك.
- التدخين يعيق إلتئام الجروح لذلك يجب تجنب التدخين قدر الإمكان خلال الأسبوع الذي يلي العملية.
- تجنب قيادة السيارة لمدة يومين بعد العملية.
- حاول أن يكون مستوى الرأس فوق مستوى البدن عند النوم وذلك بوضع مخده أو مخدتين تحت الرأس أثناء النوم.

بعد ذلك:

- تجنب الرياضة والأنشطة العنيفة لمدة شهر ونصف على الأقل بعد العملية تفادياً للنزيف وزيادة التورم.
- تجنب وضع النظارات لمدة شهرين وإستبدالها بالعدسات اللاصقة.
- تجاهل تعليقات الأهل والأصدقاء خلال تلك الفترة بعد العملية و يعود ذلك لعدم المعرفة بطبيعة الفترة الإنتقالية للشفاء أو انهم لا يجيدون جراحات كهذه.
- يعاني نسبة قليلة من المرضى بعض الإحباط وأحيانا شعور بشئ من الندم بعد العملية و يعود ذلك للرغبة الداخلية للوصول إلى النتائج النهائية مباشرة بعد إجراء العملية مع العلم المسبق بأن النتائج النهائية تستغرق فترة طويلة، يختفي ذلك مع مرور الوقت.
- تختلف سرعة الشفاء والوصول للنتائج النهائية من شخص لآخر طبقاً للحالة الصحية العامة وإتباع إرشادات مابعد العملية من عدمه.
- أثبتت الدراسات أن غالبية مضاعفات مابعد العملية يعود للإهمال في إتباع التعليمات أو خلل في عملية الإلتئام بشكل جيد، ولكن هذه المضاعفات نادرة جداً و حتى لو حدثت لا داعي للقلق وتذكر أي من هذه المضاعفات له طريقة لعلاجه.
- النتيجة النهائية تبدأ بعد حوالي ستة أشهر وهي الفترة اللازمة لإختفاء الورم وإنكماش الجلد إلى أقصاه، ولكن ستحصل على أنف جميل إبتداءً من الأسبوع الثالث أو الرابع.
- لاترفض الصور الفوتوغرافية التي سيلتقطها الجراح قبل العملية لأنها مهمة لك وللحكم على نجاح العملية بعد أشهر من إجرائها وخاصة في حال تعرضك لإنتقادات من محيطك.
- تذكر ان الأنف الجميل هو الذي بقي طبيعيا بعد الجراحة, والذي لا لاحظه بقية الناس، هو الانف الذي تخلص من عيوبه دون ان يبدو اصطناعي او غير طبيعي.

بعد العملية:

يضع الطبيب بعد العملية الجراحية جبساً خارجياً أو غطاء ألمونيوم للمحافظة على الأنف. واحيانا يكون هناك شريحة بلاستيكية داخل الأنف.



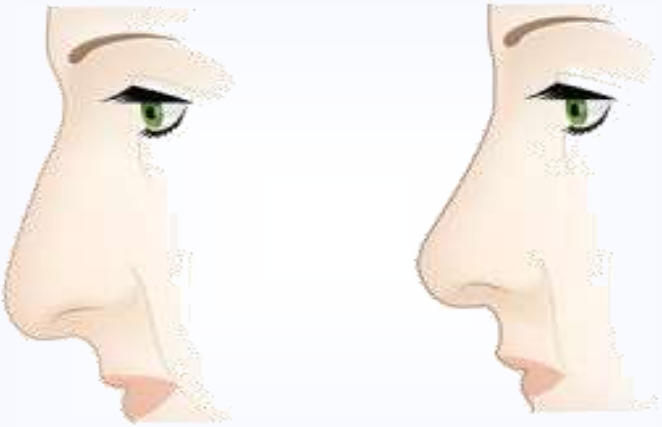
تجميل الأنف دون جراحة:

ظهرت تقنيات طبية متقدمة في مجال تعديل وبناء الأنف من خلال إجراء عمليات الأنف وتعديله بشكل طفيف وتحت التخدير الموضعي سواء جراحيا او من خلال حقن مواد التعبئة او البوتوكس. تساعد هذه الطريقة الاشخاص الراغبين باجراء تعديلات محددة لشكل الانف في اجراء مدته عشر دقائق وتحت التخدير الموضعي بالعيادة لا يصاحبه الام او فترة نقاهة طويلة. يفيد البوتوكس في تصغير فتحات الانف ورفع ارنبة الانف النازلة وتفيد مواد التعبئة في بعض الحالات منها وجود بروز بسيط (تحدب) بالانف, وجود عملية سابقة مع انخفاضات في ضهر الانف, الانف الافطس, عدم تناسق خفيف بالانف, والزاوية الحادة بين الانف والشفة العليا.

نصائح وارشادات:

نصائح وارشادات:

- قم بالجراحة من اجلك وحدك وليس لغيرك. لن تستطع استعادة حبيب او شريك من جراء الجراحة، فهذا وهم.
- لا تأت بصورة فوتوغرافية لفنان او فنانة وتطلب من الجراح الحصول على الأنف نفسه، فما يليق بشخص قد لا يصح لآخر.
- اهرب من الجراح الذي يعدك بتلبية كل رغباتك مهما كانت.
- حافظ على مواعيد المتابعة بانتظام بعد العملية.
- حاول ان تبتعد عن الصور المفبركة على الكومبيوتر لوجهك وانفك. فهي لا تحاكي الواقع ولا تأخذ في الاعتبار حدود تقنيتنا امام بعض الاوضاع الصعبة.



ختاما عند الحاجة لاجراء عملية تجميل الانف فانه على المرء ان يعي ان تجميل الأنف سيحسن شكله ويزيد الثقة بالنفس، ولكنه قد لا يغيّر نظرة الناس الى الشخص أو سلوكهم نحوه. وبالتالي، فأفضل المرشحين للجراحة هم الاشخاص الواعون لنقصهم والواقعيون في تقويم النتيجة المرجوة، كما هو الحال دائما , يجب على طبيبك الجلوس معك قبل إجراء العملية ومعرفة توقعاتك من العملية(والتي قد تكون غير ممكنة). وإطلاعك على النتائج المتوقعة (والتي قد تكون اقل من مستوى طموحاتك) وشرح كافة المخاطر الممكنة علما بأنه هنالك ما يقارب 10% من الاشخاص تكون النتائج لديهم غير مرضية ويحتاجون الى اعادة العملية .فكما ذكر سابقا، فالأنف العربي يتميز بحجمه الضخم نسبياً طولاً وعرضاً وكذلك بسماكة الجلد الذي يكونه وبخشونته. هذه الخصائص العرقية تزيد صعوبة الجراحة وتتطلب خبرة خاصة وطويلة من الجراح. وقد يكون من الصعب احياناً تلبية تمنيات بعض المرضى بالحصول على أنف نحيف جداً وهذا ما يجب ان يكون موضوع مناقشة واقناع اثناء المعاينة الاولى، وان لا يغذي الجراح لدى المريض اوهاماً فالصراحة اساس الثقة، فاطلبوها من طبيبكم.