



Everything you need to know about

## Breast Lifting



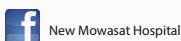
مستشفى الموساة الجديد  
NEW MOWASAT HOSPITAL



[www.newmowasat.com](http://www.newmowasat.com)

Direct 25765565

(965) 1 - 82 6666



MCC005



## Breast Lifting

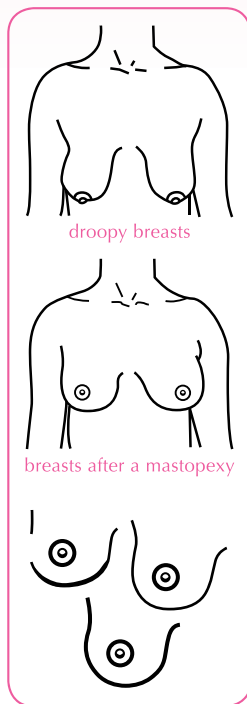
### Mastopexy (up-lifting of droopy breasts)

Droopiness of the breast is a common legacy of motherhood, nursing and the force of gravity taking their toll, and the effect of pregnancy and a distension of the breasts with milk causes the fibrous bands which support the breasts in their youthful shape to break down and the skin to stretch.

With the subsequent shrinking the unsupported breasts settle into the stretched skin and gravity pulls them down. Putting on weight and then losing it can have the same effect. So too does the ageing process, which is why women dislike the appearance of their droopy breasts.

### What can be done?

Whilst it is not possible to recreate surgically the natural supporting structure of the breast, it is possible to reshape the breast into one which looks more youthful and feels more firm. The operation is called a Mastopexy. Pleats of surplus skin are removed from underneath the breast, the breast itself is remodelled into a tighter cone and the nipples are repositioned at a higher level so that they lie at the points of the tightened breasts. Mastopexy can also reduce the size of the areola (the darker skin surrounding the nipple). If the breasts are too small as well as droopy, their size can be increased during the operation by placing silicone breast implants underneath the tightened breasts. The best results are achieved in women with small sagging breast although breasts of any size can be lifted. The results may not last as long with heavy breasts. Many women seek mastopexy when their families are complete so if you are planning to have further children it may be a good idea to postpone the operation for though there is no risks for future pregnancy and mastopexy does not usually interfere with breast feeding, pregnancy is likely to stretch the breast again and reduce the effectiveness of the procedure.



### What are the consequences?

This is a good operation to improve the appearance of droopy breasts but you would be left with scars, possibly some numbness of your nipples and you may not be able to breast feed again. Mastopexy can be carried out by a number of different techniques and the scars will differ accordingly. The most common technique involving scars are illustrated. It may be possible for the operation to be performed with less scars and your surgeon will discuss the possibility of this with you. Usually these scars are fine but they are not invisible and could be noticed by others for example, if you were topless on the beach.

### What are the limitations?

Because it is not possible to recreate the natural attachment of the breast to the tissues underneath, a mastopexy alone will not greatly increase the fullness of the breasts above the nipples. Fullness above the nipples can be achieved, however, by increasing the size of the breasts with silicone implants. The extra weight of the silicone implants may accelerate the return of the droopiness of the breasts and in any event there is a tendency for the breast to sink downwards as time goes by. You can lessen the rate at which this happens by supporting your breasts in a bra as much as possible.

### What are the risks?

As with any major operation under general anaesthetic, there is a small risk of chest problems particularly if you are a smoker and a small risk of thrombosis of veins in your legs, particularly if you are taking a contraceptive pill. In addition there is a small risk of one or more of the following complications.

Rarely heavy bleeding from the broken blood vessels can occur after the operation, which requires treatment in theatre under another anaesthetic. Occasionally, infection (usually from germs that are lying dormant in the ducts of the breast) can cause part of the wounds to break down which prolongs the healing period and worsens the quality of the final scars. Some people have an inborn tendency for scars to stretch and some people produce scars which remain thick, red and irritable for a long

time. If silicone implants are used you will need to refer to the leaflet on breast augmentation which will discuss the issue of breast implants and the potential complications in much more detail.

### What you should do before the operation?

If you smoke, you should stop now. If you are taking the contraceptive pill, change to an alternative method at least six weeks beforehand. If you are overweight, reduce it beforehand.

To reduce the risk of hematoma formation you must not take Aspirin for at least one week prior to surgery.

### What you can expect at the time of the operation?

This surgery is normally carried out under a general anaesthetic and will often involve an overnight stay in hospital depending on the extent and size of the procedure. Your surgeon will need to mark the size and shape of the breast while you are standing and following the operation you may find that you have two small tubes emerging from each of your breast so that any collection of blood can drain. These will remain in place for a short period of time. You will be given painkillers for the discomfort you experience in the first few days. Your surgeon may encourage you to wear a firm bra or dressing following surgery which will continue until the stitches are removed some 10 days to 2 weeks later. You should refrain from strenuous physical exercise including swimming, for a month and you will probably require at least two weeks off work. Over the next 6 to 12 months the scars will gradually fade from red to pale. Your surgeon will make every effort to make your scars as inconspicuous as possible but it is important to remember that the scars are extensive and permanent. It is not possible to reshape droopy breasts without significant scars for although the use of breast implants alone will improve the fullness they will not deal with any significant drooping. Breast lift will not last forever and the effects of gravity, pregnancy and weight gain will take their toll, as will time.

### ماذا يتوجب عليك فعله قبل العملية؟

إذا كنت تدخنين، فلا بد أن تتوقفي عن ذلك الآن. وإذا كنت تتناولين حبوب منع الحمل، فعليك أن تتوقفي عن تناولها لمدة ستة أسابيع قبل الجراحة ومن ثم استخدام وسيلة بديلة لمنع الحمل. وإذا كان وزنك زائدا، فعليك تقليله قبل العملية.

للحد من مخاطر تكوين ورم دموي يجب عدم تناول الأسبرين لمدة أسبوع على الأقل قبل الجراحة.

### ما الذي تتوقعه في وقت العملية؟

عادة ما تُجرى هذه العملية الجراحية تحت التخدير العمومي وستتضمن في أغلب الأحيان الإقامة في المستشفى لمدة ليلة بناء على مدى وحجم العملية. سيحتاج جراحك لرسم علامات لحجم وشكل الثدي وأنت واقفة، وقد تجدين بعد العملية أن هناك أنبوبين صغيرين يخرج أحدهما من كل من ثدييك بحيث يمكن من خلالهما تصريف أي تجمع دموي. ويبقى هذان الأنبوبان في مكانهما لفترة قصيرة من الوقت. سيتم إعطاؤك مضادات الآلام للتغلب على الانزعاج الذي قد تواجهينه خلال الأيام القليلة الأولى بعد العملية. قد يشجعك جراحك على ارتداء حمالة صدر أو ضمادة قويّة بعد الجراحة، الأمر الذي قد يستمر حتى إزالة الغرز بعد نحو 10 أيام إلى أسبوعين. وبالإضافة إلى ذلك، عليك الامتناع عن التمارين البدنية العنيفة بما فيها السباحة لمدة شهر، وربما تحتاجين إلى إجازة من العمل لمدة أسبوعين على الأقل. وخلال فترة 6 إلى 12 شهرا التالية، سيبهت لون الندوب تدريجيا من الأحمر إلى لون باهت. سيبذل جراحك كل جهد ممكن لجعل ندوبك غير مرئية بقدر الإمكان، لكن من المهم تذكر أن هذه الندوب ستكون كبيرة ودائمة. وليس من الممكن إعادة تشكيل الثديين المتهدلين بدون أن يترك ذلك وراءه ندوبا واضحة. وبرغم أن استعمال غرسات الثدي لوحده سيحسن من امتلاء الثديين، إلا أن هذه الغرسات لن تعمل على تحسين أيّ تهدّل ملحوظ في الثديين. لن تدوم عملية رفع الثديين إلى الأبد، فتأثيرات الجاذبية والحمل وزيادة الوزن سيكون لها أثرها، وكذلك مرور الوقت.

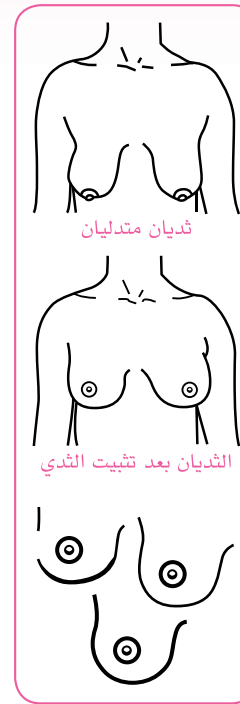
## تثبيت الثدي (رفع الثديين المتهدلين لأعلى)

يمثل تهدل الثديين نتيجة شائعة للأمومة، حيث يلعب الإرضاع من الثدي وقوة الجاذبية دورهما، كما إن تأثير الحمل وتمدد الثديين بسبب الحليب يسببان تمزق الأربطة الليغية التي تدعم الثديين وتمنعهما شكلهما لدى الشباب ويؤديان كذلك إلى تمدد الجلد.

مع التقلص اللاحق في حجمهما، يستقرّ الثديان غير المدعومين على الجلد المشدود وتعمل الجاذبية على جذبهما للأسفل. ومن الممكن أن يحدث نفس التأثير بعد اكتساب الوزن ثم خسارته مجدداً. وكذلك تفعل عملية التقدم في العمر، ولهذا السبب تكره السيدات مظهر الثديين المتهدلين لديهن.

## ما الذي يمكن عمله؟

في حين أنه من غير الممكن إعادة بناء التراكيب الداعمة الطبيعية للثدي عن طريق الجراحة، فمن الممكن إعادة تشكيل الثدي إلى واحد يبدو أكثر شباباً ويكون ملمسه أكثر صلابة. وهذه العملية تسمى تثبيت الثدي، وفيها تتم إزالة طيات الجلد الفائض من تحت الثدي، أما الثدي نفسه فيُعاد تشكيله على هيئة مخروط مشدود أكثر، ويُعاد تثبيت الحلمتين عند مستوى أعلى بحيث تقع كل منهما في مركز أحد الثديين المشدودين. من الممكن أيضاً خلال عملية تثبيت الثدي تقليل حجم هالة الثدي (أي الجلد الداكن الذي يحيط بالحلمة). إذا كان الثديين صغيرين للغاية بالإضافة إلى التدلي، فمن الممكن زيادة حجمهما خلال العملية بوضع غرسات مصنوعة من السيليكون تحت الثديين المشدودين. يتم تحقيق أفضل النتائج في السيدات ذوات الثديين الصغيرين المتهدلين، بالرغم من أنه يُمكن رفع الثديين من أي حجم، لكن قد لا تدوم النتائج لنفس المدة مع الثديين الكبيرين. ترغب العديد من السيدات في إجراء عملية تثبيت الثدي عند اكتمال عائلتهن، وبالتالي فلو كنت تُخططين سيدتي لإنجاب مزيد من أطفال، فقد يكون تأجيل العملية فكرة جيدة لأنه برغم عدم وجود مخاطر على الحمل المستقبلي، كما أن عملية تثبيت الثدي لا تتعارض عادة مع الإرضاع من الثدي، فمن المحتمل أن يؤدي الحمل إلى شدّ الثدي ثانية وبالتالي يقلل من فعالية العملية.



## ما هي النتائج؟

تمثل هذه عملية جيدة لتحسين مظهر الثدي المتهدل، لكنك ستعانين من وجود بعض الندوب، وربما بعض التتمّل (الاخضرار) في حلمتيك، وقد لا تتمكنين من الإرضاع من الثدي ثانية. من الممكن إجراء عملية تثبيت بعدد من التقنيات المختلفة وسيختلف شكل الندوب الناتجة وفقاً لذلك. تتضمن التقنية الأكثر شيوعاً والتي تترك وراءها ندوباً تلك المبينة في الصورة أدناه. ومن الممكن إجراء العملية بترك عدد أقل من الندوب وسيقوم جراحك بمناقشة إمكانية هذا معك. في العادة تكون هذه الندوب رقيقة لكنها ليست غير مرئية، وبالتالي فمن الممكن أن تلاحظ من قبل الآخرين: على سبيل المثال، إذا كنت ترتدين لباس البحر على الشاطئ.

## ما هي أوجه القصور في العملية؟

لأنه من غير الممكن إعادة بناء الارتباط الطبيعي للثدي بالأنسجة الواقعة تحته، فإن تثبيت الثدي لوحده سوف لن يزيد كثيراً من امتلاء الثديين فوق الحلمتين. وعلى أية حال، فمن الممكن تحقيق الامتلاء فوق الحلمتين عن طريق زيادة حجم الثديين بواسطة غرسات السيليكون. قد يعجل الوزن الإضافي لغرسات السيليكون بعودة تدلي الثديين، وعلى أية حال فهناك ميل لحدوث تهدل في الثديين بمرور الوقت. ويمكنك تقليل معدل حدوث هذا بدعم ثدييك عن طريق ارتداء حمالة الصدر لأطول وقت ممكن.

## ما هي مخاطر العملية؟

كما هو الحال مع أي عملية كبرى تُجرى تحت التخدير العمومي، هناك خطر قليل لحدوث مشكلات في الصدر، وخصوصاً إذا كنت من المدخنات، بالإضافة إلى خطر قليل لحدوث تخثر في الأوعية الدموية في ساقيك، خصوصاً إذا كنت تتناولين حبوب منع الحمل. وبالإضافة إلى ذلك، فهناك خطر قليل لحدوث واحدة أو أكثر من المضاعفات التالية: نادراً ما يحدث بعد العملية نزف غزير من الأوعية الدموية المحطمة، وهي مضاعفة تتطلب المعالجة في غرفة العمليات تحت مخدر آخر. وفي بعض الأحيان، من الممكن أن تؤدي العدوى (عادة من الجراثيم التي تعيش خاملة في قنوات الثدي) إلى تلف أجزاء من الجروح مما يطيل فترة الشفاء وإلى سوء مظهر الندوب النهائية. يمتلك بعض الأشخاص ميل طبيعى لتمدد الندوب، في حين أن أجسام بعضهم تكون ندوباً تبقى سميكة وحمراء وسريعة التأثير لوقت طويل. وإذا استخدمت غرسات السيليكون فستحتاجين للرجوع إلى المطوية الخاصة بتكبير حجم الثديين، والتي تناقش موضوع غرسات الثدي والمضاعفات المحتملة لهذه العملية بقدر أكبر بكثير من التفصيل.



كل ما تحتاج معرفته عن

## رفع وشد الصدر



مستشفى الموساة الجديد  
NEW MOWASAT HOSPITAL



Accredited • معتمد

[www.newmowasat.com](http://www.newmowasat.com)

مباشرة 25765565

82 6666 - 1 (965)



New Mowasat Hospital

MCC005



@NMowasat