

وقتي پلك‌ها سربه‌زير مي‌شوند



هر روز جلوي آينه مي‌ايستيد و از قیافه‌تان ايراد مي‌گيريد؟ از اين‌که يکي از پلك‌هايتان دو صدم ميلي‌متر پايين‌تر از آن يکي است حرص مي‌خوريد؟ خيلي‌ها با وجود اين‌که مشکل جدي هم ندارند، بدون معطلی خود را به زیر تیغ جراحی مي‌سپارند اما واقعا کي و چگونه بايد افتادگي پلك را درمان کرد؟.

جام جم آنلاين: هر روز جلوي آينه مي‌ايستيد و از قیافه‌تان ايراد مي‌گيريد؟ از اين‌که يکي از پلك‌هايتان دو صدم ميلي‌متر پايين‌تر از آن يکي است حرص مي‌خوريد؟ خيلي‌ها با وجود اين‌که مشکل جدي هم ندارند، بدون معطلی خود را به زیر تیغ جراحی مي‌سپارند اما واقعا کي و چگونه بايد افتادگي پلك را درمان کرد؟.

اگر شما هم دچار افتادگي پلك هستيد يا تصور مي‌کنيد اين طور است و قصد داريد جراحی کنيد، دست نگه داريد؛ چرا که متخصصان بر اين باورند: 171#&؛ امروزه عمل جراحی افتادگي پلك طرفداران خاص خودش را دارد، اما شايد خيلي‌ها ندانند که اگر مشکل‌شان چندان جدي نيست، اين گونه جراحی‌هاي غيرضروري تا چه حد ممکن است براي‌شان مضر باشد و حتي به چشمان‌شان هم آسیب‌هاي جدي برساند. »

اين بخشي از گفته‌هاي دکتر عبدالجليل کلانتر هرمزي است که در ادامه مي‌افزايد: البته متخصصان معتقدند زماني که اين جراحی‌ها ضروري و اجتناب‌ناپذيرند، بايد هرچه سريع‌تر انجام شوند؛ براي مثال زماني که افتادگي پلك به دليل افتادگي پلك فوقاني و باريک شدن شکاف پلكي باشد جراحی ضروري است يا زماني که اين مشکل در يك يا هر دو چشم بروز پيدا کند. افتادگي پلك ممکن است از مقدار کم - که حتي گاهي به زحمت قابل تشخيص است - تا افتادگي کامل - به طوري که تمام مردمک را بپوشاند - متغير باشد. افتادگي پلك مخصوص سن خاصي نيست و معمولا هم در کودکان و هم در بزرگسالان رخ مي‌دهد، اما بيشتر موارد جراحی زیبایی در بزرگسالان صورت مي‌گيرد و کمتر کودکان را درگير جراحی مي‌کنند.

انواع افتادگي پلك

افتادگي پلك دلایل مختلفی دارد که يکي از آنها مادرزادي است؛ يعني افتادگي پلك در زمان تولد به دليل تکامل نيافتن ماهيچه‌هاي بالابرنده پلك، بعضي از بيماري‌هاي خاص، فلج عصب پلك يا به دليل ساير بيماري‌هاي مادرزادي به صورت يك يا دو طرف ظاهر مي‌شود.

زماني که کودک به دنيا مي‌آيد به دليل اين ناهنجاري در سر و صورت، عصب صورت يا پلك فلج مي‌شود. البته اين فلج عصبي پس از مدتي در بعضي‌ها به حالت عادي برمي‌گردد، ولي در بعضي‌هاي ديگر به صورت دائم باقي مي‌ماند.

افتادگي پلك مادرزادي

مشکلات پلكي مادرزادي چند نوع است، اما به طور کلي در دو گروه طبقه‌بندي مي‌شود:

الف) قسمتي از پلك تشکيل نمي‌شود؛ در اين شرايط عمل جراحی راحت و موفقیت‌آمیزتر است.

ب) پلك به طور کامل تشکيل نمي‌شود؛ در اين شرايط به طور معمول خود چشم نيز دچار ضایعه‌اي است ولي با وجود اين، خوشبختانه قابل ترميم است.

اگر کودکی با افتادگي پلك متوسط تا شديد متولد شود، ممکن است براي تکامل بينايي نياز به درمان فوري داشته باشد؛ البته افتادگي پلك مادرزادي معمولا با گذشت زمان بهبود نمي‌يابد.

اگر والدين با افتادگي چشم مادرزادي در بچه‌ها مواجه شدند، بايد حتما به چشم‌پزشک مراجعه کنند زيرا اين افتادگي مي‌تواند باعث تنبلي چشم شود.

اگرچه افتادگي پلك معمولا يك اختلال مجزاست ولي در موارد مادرزادي ممکن است با اختلال حرکت‌هاي چشمي، بيماري‌هاي عضلاني، تومورهاي پلك يا ساير تومورها، اختلال‌هاي عصبي و عيوب انکساري چشم نيز همراه شود.

مشکلات ناشي از افتادگي پلك در کودکان

افتادگی پلك به دو دليل مي‌تواند باعث تنبلي چشم شود:

الف) انسداد مسير بينايي چشم

ب) ايجاد تاريديد

البته افتادگي پلك ممكن است انحراف چشم را مخفي كند و در اين مورد نيز مي‌تواند منجر به تنبلي چشم شود.

نوع اكتسابي كه شايع‌ترين نوع اين بيماري است، به دليل اختلال در ماهيچه بالا برنده پلك فوقاني رخ مي‌دهد كه ممكن است اثر افزايش سن، بروز اشكالي در اعصاب مربوط به اين ماهيچه‌ها يا آسيب پلك در اثر تومورها، التهاب‌ها يا وارد شدن ضربه به پلك ايجاد شود.

افتادگي پلك در بزرگسالي

شايع‌ترين علت افتادگي پلك در بزرگسالان، كشيديگي يا جدا شدن ماهيچه بالا برنده پلك است. اين مشكل ممكن است بر اثر افزايش سن، پس از جراحي آب‌مرواريد يا ساير جراحي‌هاي چشمي و ضربه شديد به چشم بروز پيدا كند.

افتادگي پلك بر اثر افزايش سن و كهولت بسيار شايع است؛ در اين شرايط با افزايش سن، پلك بالا دچار فشردگي پوست و چين و چروك مي‌شود و همين پوست اضافه مي‌تواند اشكالاتي را در ديد ايجاد كند.

يكي از دلايل رايج افتادگي پلك، حوادث و تصادف‌هاست كه بر اثر آنها عصب‌هاي پلك - كه مسئول حركت پلك هستند - فلج و موجب افتادگي پلك مي‌شود

با توجه به افزايش ميزان اميد به زندگي و افزايش تعداد جمعيت سالمندان در اثر ارتقاي شرايط بهداشت عمومي، بالطبع تعداد افراد مسني كه براي جراحي افتادگي پلك مراجعه مي‌كنند نيز بيشتر شده است.

افتادگي پلك در اشخاص كه‌نسال به صورت پف و چربي‌هاي اضافه دور چشم، چين و چروك و پوست چند لايه، بخصوص در پلك بالا بروز پيدا مي‌كند. پس از مدتي حجم اين پوست افتاده بيشتر مي‌شود كه مي‌تواند باعث سنگيني پلك بالا و خستگي فرد در زندگي روزمره شود؛ براي مثال فرد هنگام رانندگي، مطالعه، خياطي، تماشاي تلويزيون و ساير فعاليت‌هاي روزمره به مشكل برمي‌خورد.

مشكلات ناشي از افتادگي پلك در بزرگسالان

افتادگي پلك خستگي زودرس پلك و چشم را به دنبال دارد، جلوي ديد را مي‌گيرد و مشكلات پوستي ايجاد مي‌كند. زماني كه خستگي ديد ايجاد شود، فرد مجبور مي‌شود ابروهايش را بالا دهد تا جلوي ديدش باز شود؛ زماني كه اين كار به طور مداوم در طول چند ماه انجام شود، پيشاني دچار چين و چروك مي‌شود، تناسب چشم و ابرو از بين مي‌رود و ماهيچه پلك شل مي‌شود كه همين مساله بعدها مشكلات زيادي را براي فرد به وجود مي‌آورد.

افتادگي پلك؛ ناشي از تصادف‌هاي شديد

يكي از دلايل رايج افتادگي پلك، حوادث و تصادف‌هاست كه بر اثر آنها عصب‌هاي پلك - كه مسئول حركت پلك هستند - فلج و موجب افتادگي پلك مي‌شود.

مشكل بزرگي كه ممكن است افراد گاهي پس از تصادف و سوانح با آن مواجه شوند اين است كه به دليل شرايط اورژانسي ايجاد شده، ممكن است ترميم پارگي پلك و عضلات صورت بدرستي انجام نشود كه همين مساله نيز باعث افتادگي پلك مي‌شود.

افتادگي پلك؛ ناشي از سوختگي‌ها

سوختگي‌ها نيز براي سلامت چشم مشكلاتي ايجاد مي‌كند؛ در بعضي انواع سوختگي‌ها خود چشم و قرنيه آسيب مي‌بيند و در موارد ديگر چشم‌ها سالم بوده ولي به پلك‌ها آسيب مي‌رسد.

در مواردی که پلك‌ها آسیب می‌بینند، اگر فرد بموقع برای ترمیم پلك اقدام نکند، مشکلاتی جدی‌تر برای چشم‌ها ایجاد می‌شود؛ برای مثال ممکن است پلك آسیب دیده بسته نشود؛ بنابراین سوختگی یا هر بیماری دیگری مانند بعضی از فلج‌های صورت - که بر اثر آنها پلك بسته نمی‌شود - نیاز به پیگیری جدی دارند.

راه‌های پیشگیری و کاهش افتادگی پلك

برای پیشگیری از افتادگی پلك باید از بیست و شش سالگی اقدام کنید، ولی اگر از این سن گذشته‌اید هم خیلی نگران نباشید و از همین الان شروع کنید و نکته‌های زیر را به خاطر بسپارید:

بیش از حد در معرض پرتوی مستقیم آفتاب قرار نگیرید، ولی اگر مجبور شدید حتماً از کرم‌های ضدآفتاب استفاده کنید.

از ساعت 9 صبح تا چهار بعدازظهر از چشم‌هایتان محافظت کنید؛ برای مثال از عینک آفتابی و کلاه لبه‌دار استفاده کنید.

برای کاهش استفاده از نورهای مصنوعی، بخصوص در شب بهتر است به مدت زیاد بیدار نمانید، تا دیروقت مطالعه نکنید، تلویزیون را برای مدت طولانی در نیمه‌شب نگاه نکنید یا حداقل از نورانی کردن اتاق بپرهیزید.

مطالعه با نور زیاد باعث خستگی و آسیب دیدن چشم و در نهایت به پلك می‌شود و پیری زودرس چشم را به همراه دارد. هرچه شخص بعد از غروب زودتر بخوابد، دیرتر به افتادگی پلك دچار می‌شود.

تغذیه نامناسب نیز در افتادگی پلك تاثیر دارد؛ خوردن غذاهای سنگین در آخر شب، غذاهای پرچرب، پرنمک و ترش از مواردی است که باعث التهاب دور چشم می‌شود.

صبح‌ها بعد از بیدار شدن، این پف دور چشم به طور کامل قابل مشاهده است و اگر این بی‌احتیاطی‌ها بیشتر شود بعد از مدتی افتادگی پلك نیز ایجاد می‌شود.

راه‌های درمان افتادگی پلك

در بیشتر موارد افتادگی پلك در کودکان با جراحی درمان می‌شود و اگر با تنبلی چشم نیز همراه باشد، ممکن است درمان با قرار دادن پوشش روی چشم سالم، استفاده از عینک یا قطره چشمی نیز صورت گیرد. در اوایل دوران زندگی معمولاً ضرورتی برای انجام جراحی برای موارد خفیف تا متوسط افتادگی وجود ندارد.

چه زمانی به پزشک مراجعه کنیم؟

زمانی که فرد هنگام مطالعه و رانندگی دچار خستگی می‌شود باید هرچه زودتر به پزشک مراجعه کند؛ زیرا اگر در مراحل اولیه و ابتدایی این کار را انجام دهد، عمل جراحی افتادگی پلك بهتر انجام می‌شود.

نیمه‌خالی لیوان

جراحی افتادگی پلك بیشتر برای مقاصد زیبایی انجام می‌شود و بسیاری از افراد از آن راضی هستند ولی هنوز يك جنبه منفی وجود دارد؛ ممکن است پس از گذشت پنج تا هفت سال پلك دوباره به حالت اول برگردد. البته اگر نکته‌هایی را که در بالا اشاره کردیم رعایت کنید، این احتمال تا حد زیادی کاهش پیدا می‌کند، بخصوص درباره افرادی که در استان‌های گرمسیر کشور زندگی می‌کنند.

بهترین سن برای انجام عمل جراحی

عمل جراحی افتادگی پلك سن خاصی ندارد و در هر زمان که افتادگی پلك مشخص شد، فرد باید عمل جراحی انجام دهد.

بیشتر مراجعان برای جراحی پلك بین 40 تا 70 سال دارند ولی این عمل تابع سن نیست، بلکه ممکن است این بیماری در بعضی خانواده‌ها زمینه ارثی داشته و امکان بروز آن بیشتر باشد یا به دلایل دیگری ایجاد شود.

آیا پلك‌ها پس از عمل جراحی دوباره مثل اول می‌شود؟

متاسفانه همه افتادگی‌های پلك را نمی‌توان طوری عمل کرد که زیبایی آن مانند پلك دیگر شود. در هر صورت پلك جزئی از چشم است؛ بنابراین عمل باید طوری انجام شود که به خود چشم آسیبی نرسد.

بعضی از انواع افتادگی‌های پلك به دلیل بیماری‌های عمومی چشم ایجاد می‌شود؛ برای مثال در بعضی موارد حرکت چشم در جهت‌های مختلف مختل شده و پلك دچار افتادگی می‌شود.

متاسفانه بعضی از افراد نمی‌توانند پلك را خوب بالا ببرند، زیرا با این کار پلك بسته نشده و به چشم آسیب می‌رسد بنابراین در مواردی ممکن است از نظر زیبایی، پلك قابل ترمیم نباشد اما در بیشتر موارد که افتادگی خفیف یا ثانویه ایجاد می‌شود، این مساله کاملاً قابل حل است.

عوارض جراحی افتادگی پلك

عوارض جراحی افتادگی پلك می‌تواند شامل عفونت، خونریزی و کاهش بینایی باشد ولی وقوع این عوارض بسیار نادر است.

اگرچه ظاهر پلك به طور قابل توجهی اصلاح می‌شود، اما ممکن است پلك‌ها کاملاً قرینه به نظر نرسند.

در بیشتر موارد بعد از جراحی، هنگام نگاه کردن به پایین، پلك عمل شده نسبت به طرف مقابل، مختصری بالاتر قرار می‌گیرد و شب‌ها نیز مختصری باز می‌ماند که این دو عارضه مشکل‌آفرین نیستند.

در بعضی موارد نیز ممکن است بیش از يك بار به عمل جراحی نیاز باشد. برای اصلاح نهایی پلك در 10 تا 20 درصد موارد، بعد از جراحی نیاز به يك عمل روتوش وجود دارد که این کار معمولاً چند هفته تا چند ماه بعد از عمل جراحی اصلی انجام می‌شود و هدف آن تنظیم نهایی عضله در محل مناسب است.

جراحانی که در این عمل مهارت دارند، می‌توانند جراحی را با بی‌حسی موضعی انجام دهند، اما گاهی بیهوشی عمومی نیز صورت می‌گیرد و با این عمل اتصال عضله بالا برنده پلك با محل اتصال‌شان روی پلك دوباره برقرار می‌شود، ولی به طور شایع‌تر در نوع مادرزادی عضله را کوتاه می‌کنند.

عمل اصلاح افتادگی پلك، عمل بسیار ظریفی است و مدت زمان آن برای هر چشم ۴۵ دقیقه تا يك ساعت است. در بیشتر موارد در عمل‌های افتادگی پلك ناشی از افزایش سن، نیاز به برداشتن پوست اضافه پلك نیز وجود دارد.

چشم‌ها بعد از هفت تا ده روز بعد از عمل جراحی نیاز به مراقبت دارند، ولی اگر عمل جراحی به دست فرد متخصص صورت بگیرد هیچ عارضه‌ای به همراه ندارد.

اگر جای فارست ویتاکر بودید چه می‌کردید؟ شاید او را با اسم نمی‌شناسید ولی حتماً نقش آفرینی‌اش را در فیلم‌هایی مانند گوست داگ (جیم جارموش) و اتاق ترس (دیوید فینچر) - که هر دو از تلویزیون خودمان نیز پخش شده‌اند - تماشا کرده‌اید.

حالا چرا به او اشاره کردیم؟ چون پلك راستش به دلیل فلج عصب آن قسمت دچار نوعی افتادگی است اما این موضوع نه تنها باعث انزوا و ناراحتی او نشده، بلکه حتی به ویژگی انحصاری چهره‌اش تبدیل شده است که حسابی موقع نقش‌آفرینی به دردش می‌خورد.

البته در این پرونده پزشکی نمی‌خواهیم درباره او و سینمایش حرف بزنیم، بلکه منظور، بررسی مشکل او و چگونگی کنار آمدن با آن است. (جام جم - ضمیمه سب)

رامین تهرانی