

Čo s nadbytočnou kožou?



Pastický chirurg docent
MUDr. Martin Boháč, PhD.,
MPH, MHA, Febopras

Pri priberaní vám nepribúda len tuk, ale aj koža. Je preto možné, že po schudnutí budete potrebovať aj plastického chirurga.



Nejde len O KRÁSU

Kožné previsy často spôsobujú problémy s hygienou intímnych oblastí, s tvorbou zaparenín alebo s obmedzením pohybu. Po ich odstránení ťažkosti ustupujú, čím sa zlepši aj zdravotný stav.



Keď človek neúmerne priberá, koža sa mu len rozťahuje alebo aj dorastá?

Koža má niekoľko anatomických vrstiev tvorených bunkami a okolím. Pri zvyšovaní hmotnosti dochádza k zväčšovaniu tukových buniek v podkoží, čo má za následok zväčšovanie objemu. Tým sa vytvára napätie na prekrývajúcu kožu. Koža má síce určitú elasticitu, zväčšujúci sa tlak tuku však vedie k množeniu buniek a hmoty okolo nich, a teda prirodzene postupne dorastá. Ak napätie vytvárané na kožu presiahne schopnosť jej elasticity a dorastania, dochádza k vzniku strií, čo sú vlastne trhliny v koži.

Aká je nádej, že po schudnutí sa koža sama svojou elasticitou vráti do pôvodnej formy?

Schopnosť kože stiahnuť sa je individuálna. Jej elasticita je daná geneticky, vekom, ale aj ďalšími faktormi. Ak sa teda koža už nestahuje a ostáva ovisnutá, je čas na estetickú korekciu. Zárok je vhodný, ak aspoň pol roka po masívnom schudnutí má pacient stabilizovanú hmotnosť. Chceme si byť čo naj-

viac istí, že netrpí jojo efektom.

Odkiaľ najčastejšie odoberáte kožu?

V oblastiach, kde dochádza k najväčším zmenám objemu. U oboch pohlaví je to oblasť prsníkov a brucha. Následne sa môžu pridať korekcie v rámci kombinovaných výkonov – operácie paží, stehien, chrbta, pozadia či tváre.

Majú o tento typ zákroku väčší záujem muži či ženy, starší či mladší?

Po masívnom schudnutí chodia na estetické korekcie rovnako klienti oboch pohlaví. Špecifické u nich je, že ide zväčša o mladých ľudí, maximálne do 40 rokov. Všeobecne však na estetické korekcie pre nadbytok kože chodia viac ženy, a to najmä vo vyššom veku, alebo po pôrodoch. Kombinované operačné zákroky po tehotenstvách nazývame „mommy makeover“.

Ktoré miesta na tele sú najnáročnejšie pri odstraňovaní nadbytočnej kože?

Z pohľadu množstva tkaniva, ktoré sa odstraňuje, aj s ohľadom na veľkosť plochy rany, je korekcia

brušnej steny, abdominoplastika, asi najnáročnejšia pre pacienta i pre chirurga. Väčšina estetických operačných zákrokov po masívnom schudnutí je však kombinovaná, čiže sa podstupujú korekcie viacerých oblastí naraz. Prináša to niekoľko výhod. Klient absolvuje len jednu anestéziu a následná rekonvalescencia a práceneschopnosť sú výrazne skrátené, lebo jednotlivé oblasti sa hoja naraz. A výrazná je aj finančná úspora, pretože klient nemusí hradiť opakované anestézie a hospitalizácie.

Ako dlho po operácii je pacient vyradený z bežnej prevádzky?

Ak je pripravený zo zdravotného aj psychického hľadiska, zákrok dobre toleruje a rekonvalescencia je relatívne rýchla, okolo 14 až 21 dní. S tým korešponduje

aj možnosť návratu do zamestnania. Všetko však závisí aj od individuálnych faktorov. V období rekonvalescencie je najdôležitejší pokojový režim a zvýšená hygiena operovaných oblastí. Aj nosenie kompresnej bielizne je dôležitým pooperačným faktorom, ktorý pomáha k lepšiemu hojeniu tkanív. Kompresnú bielizeň odporúčame nosiť minimálne 4 až 6 týždňov, pokojne aj dlhšie.

Neostávajú pacientovi na tele výrazné jazvy?

Aby boli čo najmenej viditeľné, používame špeciálne šicie materiály, ktoré minimálne traumatizujú zošívajúcu kožu. Umiestňujeme ich do kože tak, aby neboli na povrchu, ale len vnútri, a nezanechávali povrchové značky na koži. Väčšinu šicích materiálov nevyberáme, zo-

Zákrok je vhodný, ak aspoň pol roka po schudnutí nepriberiete.



Krémovat' sa OPLATÍ

Na elasticitu kože pôsobí mnoho faktorov, no podľa doktora Boháča jej jednoznačne pomôže krémovanie a popri tom aj premasírovanie.



stávajú v tele a časom sa vstrebú. Jazvy sa vždy snažíme umiestňovať do prirodzených kožných rýh či tak, aby púťali čo najmenšiu pozornosť a dali sa ľahko maskovať.

Sú pred zákrokom potrebné špeciálne vyšetrenia?

Ide o chirurgický zákrok v celkovej anestézii, preto má byť pacientov zdravotný stav natoľko stabilizovaný, aby ho mohol podstúpiť bez väčšieho rizika. Na zhodnotenie zdravotného stavu slúži interné predoperačné vyšetrenie a špecifické predoperačné vyšetrenia s ohľadom na plánované korekcie, napríklad USG brucha a podobne.

Chudnutím síce splasnú tukové bunky, no z kože občas musí odobrať chirurg.