



Bohdana měla před zákrokem „rajtky“, na které bylo každé cvičení krátké



A celková postava? Rozdíl je neuvěřitelný, Bohdana už může konečně nosit dámské kalhoty

Už se vejdu do džínů!

Donedávna mohla Bohdana nosit jenom upravené pánské džíny. A sukně? O těch si mohla nechat leda tak zdát. Teď je ovšem všechno jinak. Naše výherkyně soutěže Chtěla bych vypadat líp po tumescenční liposukci skutečně lépe vypadá. A konečně může chodit oblečená jako ženská.

Text: Dagmar Morenová, Foto: Zdeňka Pelinková

Genetika obdařila Bohdanu postavou, pro kterou se vžil výraz „hruška“. Poměrně drobná ramena a útlý pas, ale zadek, boky a hlavně stehna jakoby patřily jiné, hodně podsadité ženě. Zatímco v pase měla 77 cm, obvod jednoho stehna byl o pouhých 6 cm menší a kolem boků měřila 122 cm. Tuková tkáň na stehnech se vzedmula do tvaru zvaného „rajtky“ a tuhle disproporcii Bohdana neschovala pod žádné tuniky ani dlouhé svetříky. Kromě toho nesehnala na svoji nekonfekční postavu ani dámské džíny. „Musela jsem si kupovat pánské kalhoty, zkracovat je a zužovat si je v pase. Ale i tak mi za pár měsíců kolem kapes popraskaly a nezbyvalo, než si koupit nové,“ vzpomíná Bohdana, na jejíž „rajtky“ nezabíralo žádné cvičení ani diety. Po konzultaci s MUDr. Vlastimilem Víškem, CSc., primářem kliniky Medicom VIP, se rozhodla pro vibracemi asistovanou tumescenční liposukci.

Jak se rozpouští tuk

„Kanyly vibrují 4000 kmitů za minutu a dochází k emulzifikaci neboli rozpouštění tukové tkáně,“ vysvětluje primář princip zákroku. „Vše je napojeno na vývěvu, jejímž prostřednictvím se emulzifikovaná tkáň odsaje.“

Protože budou odsávány velké plochy, zákrok proběhne pod narkózou (u menších ploch je prováděn ambulantně v lokálním umrtvení) při dodržování stejných zásad, jako u každé jiné operace: dezinfekce operované oblasti, rouškování a samozřejmě přítomnost anesteziologa.

Primář Víšek bude odsávat tuk z vnější strany stehen a boků, z vnitřní strany stehen a z oblasti kolem kolen. Samozřejmostí je aplikace tumescenčního roztoku: do každé nohy cca 2 litry, tedy zhruba množství odpovídající odsátému tuku.

Bez pumpy to nejde

„Fyziologický roztok obsahuje lokální anestetikum, adrenalin, který stahuje drobné cévy a prodlužuje účinek anestetika, a bikarbonát. Při ošetření velkých ploch musí být roztok zředěn kvůli toxicitě, ale u malých ploch, například kolem kolen, lze aplikovat roztok koncentrovaný a zákrok je možné provést ambulantně,“ vysvětluje doktor Víšek.

Významnou součástí je speciální pumpa s výkonem 100 ml za minutu, bez níž by tumescenční liposukce nešla provést. Díky ní a dlouhým jehlám se roztok vpraví rovnoměrně do celé plochy a průběh zákroku se tak urychlí. Primář asistuje druhý lékař, čímž se doba operace zkrátí. Vhánění tumescenčního roztoku do podkoží totiž zabere třetinu doby operace a u tak velké oblasti by jednomu lékaři trval zákrok podstatně déle.

Pokrok na stehnech

Dříve se přední strana stehen neodsávala, tkáň je tam tuhá, ale nyní je to díky novým technikám možné. „Když se zákrok provádí šetrně a s citem, lze odsát jakékoliv místo na těle, kde je tuhá tkáň,“ vysvětluje dr. Víšek. „Tuková buňka je největší z buněk těla a její velikost je dána velikostí sítky, na které drží,“ pokračuje



Sestřička přeměřuje Bohdaniny boky: úctyhodných 122 cm



Také stehna má Bohdana pořádná, obvod činí 71 cm, jen o 6 cm menší než pas



V pase je štíhlá, má 77 cm



Měsíc po zákroku. Přeměření boků ukazuje jasný rozdíl – téměř o 10 cm méně!



Také stehna zeštíhlela – obvod činí 63,5 cm

ve výkladu. „Síťka je fixovaná zespodu do kůže, tlačí se ven a zároveň se povrch kůže natahuje. Objevují se podkožní tukové nádory nebo celulitida.“

Tisíce tunelů v podkoží

K odsávání tuku se používají tenké kanyly s vibrační hlavicí, které nepoškozují tkáň. Aby se kanyla dostala do podkoží, musí jí operátor pomoci vytvořením několika drobných ranek, při vibraci však nedochází k porušení velkých cév. Ranky se pak zašijí a zalepí, po zhojení nebudou vidět. „Technika je důležitá, protože při zákroku je třeba vytvořit stovky, někdy tisíce drobných tunelů a přitom neprojet kanylou stejným tunelem. Kanylou se musí jet do „vějíře“, jediné tak se zabrání vzniku nerovností,“ vysvětluje docent Víšek a zdůrazňuje, že nelze odsát všechnen tuk. Tuk má svoji funkci jednak jako prevence případných nerovností, ale také proto, že obsahuje kmenové buňky.

Tuk ze spodní části stehen se odsává v takzvané gymnastické poloze, pacientka má nohy zvednuté. Ze zedečku se odsaje v horní ¼ nad podhýžďovou rýhou,

musí zůstat zachován pětcentimetrový pruh, který udrží tkáň a zabrání tomu, aby zadek poklesl.

Při zákroku nedochází prakticky k žádné ztrátě krve a tzv. „blanching fenomén“, tedy vznik skvrn působením tumescenčního roztoku, patří k věci a je naprosto v pořádku. Chirurg ještě provede ruční vyrovnávací „lift“, stehna ale po odplavení zbytků tumescenčního roztoku ještě splasknou.

Kompresní návlek sluší všem

Operace trvala 2,5 hodiny, odsáto bylo celkem 5200 ml tuku, a končí zašitím ranek a nasazením speciálního návleku, který bude Bohdana nosit čtyři týdny. Návlek je docela sexy záležitost, má černou barvu, pod koleno ho zdobí krajka a otvor pro vykonávání potřeby působí dokonce laškovně. Pan doktor zpestrčuje odborný výklad historkou o zahraniční klientce, která léta ne a ne otěhotnět, ale jakmile ji manžel uviděl štíhlou a upnutou v tomhle roztomilém úboru, hormony se rozdováděly a za devět měsíců bylo na světě pěkné zdravé miminko.

Liposukci však akce „Chtěla bych vypadat líp“ ještě nekončí. Bohdana se o sebe bude muset dobře starat. Vyhybat se stresu, který zvyšuje hladinu kortizolu v krvi. Nesmí taky moc zhubnout, nanejvýš 2 kg za měsíc. Nesmí ani hladovět a měla by jíst spíš 6x denně malé porce. „Když je stres, někdy ani dobrá životospráva nepomůže,“ varuje primář Víšek. Zároveň zdůrazňuje, že omezením příjmu tuku ovlivní člověk pouze 5% své váhy.

Po zákroku: Hodně pít a užívat enzymy

V pooperačním období by Bohdana měla hodně pít, prvních 14 dní až tři litry tekutin za den s vysokým obsahem minerálů, k jejichž ztrátě během liposukce dochází. Důležitá je také enzymoterapie, která zmírňuje otoky a vznik hematomů. Enzymy je dobré brát již nejméně dva týdny před zákrokem a následně pokračovat v léčbě další dva až tři týdny.

„Druhý den po operaci může jít pacientka domů, ale první dva dny by měla zůstat v klidu doma. Třetí až čtvrtý den si může dopřát krátkou procházku, za sedm dní drobné práce na úrovni kancelářských. A po čtyřech týdnech, tak dlouho trvá chirurgické hojení tkání, už je možná běžná zátěž,“ upřesňuje pan primář důležité pokyny pro pooperační období. „Po uplynutí jednoho měsíce by mělo být hojení z 90% ukončeno, zbylých 10%, jizvení a přestavba jizevnatého vaziva se zhojí do půl roku,“ uzavírá primář Víšek.

K ČEMU NÁM SLOUŽÍ TUK

Odborníci se shodují, že při liposukci zleží hlavně na tom, kolik tuku nám v těle zůstane. Odebrat ho všechnen rozhodně nelze. Tuk je totiž metabolicky a endokrinně aktivní. U štíhlých lidí zaujímá 20 % tělesné hmotnosti, u obézních až 50 %. Tuk produkuje mimo jiné hormony, enzymy a podílí se na mobilizaci energetických zdrojů. Bylo prokázáno, že obsahuje rovněž kmenové buňky.



Pacientka je připravená. Primář Vlastimil Víšek použije k zákroku speciální kanyly s vibrační hlavicí. Součástí „výzbroje“ je i speciální pumpa



Tkáň je nejprve nutné napustit tumescenčním roztokem: do každé nohy cca 2 litry



Aby se kanyla dostala do podkoží, musí jí operátor pomoci vytvořením několika drobných ranek



Kanylou se musí jet „do vějíře“, jedině tak se zabrání vzniku nerovností



Tuk je nutné odsát také z kolen, nohy budou vypadat štíhleji a elegantněji



Asistent primáře Víška Dr. Awala ukazuje výsledek liposukce, odsáto bylo celkem 5200 ml tuku



Chirurg pohmatem zjišťuje, zda operace proběhla podle plánu

Tkáň se musí přestavět

S Bohdanou se setkáváme na kontrole po uplynutí jednoho měsíce. Moc jí to sluší, „rajtky“ jsou pryč a konečně si mohla koupit dámské kalhoty. Spokojený je i pan primář Víšek. „Přecházíme do fáze jizvení, což je reakce organismu na intervenci chirurga. Zhruba dva měsíce potrvá, než do operované tkáně prorostou kapiláry, drobné cévičky. Od konce druhého měsíce dochází k přestavbě jizevnatého vaziva a tento proces trvá dalších tři až šest měsíců. V té době dojde v operované oblasti jen k malým tvarovým změnám.“

Ve fázi jizvení se navenek skoro nic neděje, ale pohmatové zatvrdlinky v podkoží během několika měsíců zmizí a tkáň bude měkká. Jizvičky po rankách – malé začervenale body – se ztratí do půl roku.



Zárok skončil, tuk je odsátý a drobné ranky po vstupu kanyly ošetřeny. Záhy se zhojí



Na závěr operace dostala Bohdana docela slušivý kompresní návek

Bohdana už může odložit kompresní prádlo a začít s plnou zátěží, do dřepu ale ještě raději ne, mohlo by dojít k ztuhnutí. Vazivo je tuhá tkáň bez elastických vláken a musí se přestavět. „Zvládnu to,“ říká rozhodně. Se svou postavou bez tukových polštářů je moc spokojená. A líbí se i svému příteli, i když ten ji poznal s „rajtkami“ a měl ji rád (a stále má) takovou, jaká je. *

CO SE DĚJE PO LIPOSUKCI

- chirurgické hojení trvá 4 týdny
- po uplynutí jednoho měsíce přichází fáze jizvení
- dva měsíce trvá, než do operované tkáně prorostou kapiláry
- 3 až 6 měsíců trvá přestavba jizevnatého vaziva
- během několika měsíců mizí pohmatové zatvrdlinky v podkoží
- do půl roku se ztratí malé jizvičky po kanylách