

# Sbohem, TUKU!

BOJ ZA ŠTÍHLou POSTAVU UŽ V DNEŠNÍ DOBĚ NEMUSÍ ZNAMENAT BĚH NA DLOUHOU TRÁŤ. STÁLE VĚTŠÍ POČET ŽEN VOLÍ JEDNODUŠŠÍ ŘEŠENÍ – LIPOSUKCI. KTERÁ METODA JE MODERNÍ A ŠETRNÁ?

**S**chází vám k dokonalé siluete silná vůle, nebo se vám z jiného důvodu stále nedaří shodit přebytečný tuk z problematických partií? Jak se říká, všechno jde, když se chce. A když ne zrovna pohybem, nápomocná vám může být plastická chirurgie. Liposukce patří celosvětově k nejžádanějším zákrokům v estetické medicíně a vyhledávají ji jak ženy, tak muži. Třeba proto, že téměř jakoukoli část těla je možné ošetřit rychle, bezbolestně a velmi diskrétně. Na jakém principu tento zákrok funguje a které metody patří k nejoblíbenějším?

## 1 NEŽ PŮJDETE NA ZÁKROK...

Pokud se rozhodnete podstoupit odstranění tukové tkáně, vaše první kroky povedou na vámi vybranou kliniku na nezávaznou konzultaci. Odborníkovi sdělíte svou představu a společně pak vyberete nejvhodnější techniku. Všechny druhy liposukce fungují na podobném principu – ošetřovaná oblast se napustí speciálním roztokem, který vyplní a roztáhne prostor, v němž se naruší tukové buňky a šetrně se odsají. Konkrétní postupy se liší způsobem rozbíjení a odsátí tukových buněk.

## 2 PRO KOHO NENÍ LIPOSUKCE VHODNÁ?

Před zákrokem musí každý absolvovat předoperační



vyšetření – pokud pacient trpí akutním zánětem, infekcí, poruchou srážlivosti krve, nádorovým onemocněním, epilepsií, cukrovkou, má srdeční či cévní potíže, tento zákrok pro něj není vhodný. Stejně jako pro těhotné nebo kojící ženy.

**3 KOLIK TUKU ODSTRANIT?**  
Lze odsát od desítek mililitrů tuku z velmi malých oblastí až po litry z těch větších. Cílem není odstranění konkrétního objemu, nýbrž zahlazení přebytečků a vylepšení celkové kontury těla tak, aby bylo hezky tvarované podle přání klienta.

**4 ZDRAVÍ PŘEDEVŠÍM**  
Liposukce vás zbaví přebytečného tuku, v žádném případě však nenahrazuje zdravý životní styl. Mějte stále na paměti, že pro vaše tělo je důležitý především pohyb a vyvážená strava.

**5 NEPŘIBERETE ZPĚT, ALE...**  
Tukové buňky se nemnoží, nýbrž se zvětšují nebo zmenšují. Liposukce zredukuje jejich počet, to ovšem neznamená, že vám zajistí skvělou postavu do konce života. Proto i nadále musíte myslet na to, abyste nepřijímala více energie, než jste schopna vydat.

**6 CO CÍTÍTE PO ZÁKROKU?**  
Běžným jevem je změna citlivosti v místě, kde byla liposukce provedena. Tento stav se po několika měsících vrátí do normálu.

**7 VÝHODY MODERNÍCH METOD**  
V současnosti se do popředí dostává laserová liposukce SlimLipo, která dokáže zajistit i elasticitu pokožky po zákroku. Tuky mizejí a laser zároveň pokožku vyplní a zpevní, takže nevznikají kožní převisy ani nerovnosti. Protože prohřívá podkoží, a tím ovlivňuje kolagenová a elastinová vlákna, výrazně pomáhá i v boji proti celulitidě.

## ZEPTALI JSME SE ODBORNÍKA

Která metoda je nejvhodnější? Které oblasti lze liposukcí vylepšit? A jde o bolestivý zákrok?



### MUDr. TOMÁŠ PADUCH (54)

● Působí na klinice YES VISAGE. Vystudoval 2. lékařskou fakultu Univerzity Karlovy v Praze, studium úspěšně ukončil v roce 1992. Je předním odborníkem na liposukce, působí nejen v České republice, ale i na Slovensku. Má na kontě vysoký počet úspěšně provedených zákroků – více než pět tisíc, čímž se řadí mezi středoevropskou špičku v oboru. Specializuje se na moderní laserovou technologii SlimLipo.

**Pokud byste měl vycházet ze své bohaté praxe, které partie jsou na liposukci nejžádanější?**

Tuk lze odstávat na celém těle, ale u žen to jsou nejčastěji břicho, boky, takzvaná madla lásky, vnitřní a vnější část stehen, záda a hýždě. Prostě jakákoli partie, kde se ukládá přebytečný tuk. S přesností laserové liposukce lze upravovat i menší partie jako paže, kolena nebo dvojitou bradu. U mužů pak jednoznačně vítězí břicho a boky.

**Kolik druhů liposukce vlastně existuje a jaký je mezi nimi rozdíl?**

Jde o velmi žádanou metodu konturace těla, a právě proto se tak úspěšně rozvíjí. Současná estetická chirurgie nabízí jak klasickou liposukci, tak její moderní formy, kdy je odsávání potencionálně laserem, ultrazvukem, radiofrekvencí, vodním paprskem a podobně. Za velký pokrok považují to, že i poměrně rozsáhlá liposukce se dá za použití nejmodernější techniky provést pouze s místním umrtve-

ním, téměř bezbolestně a ambulantně. Osobně mám nejlepší zkušenosti s laserovou liposukcí SlimLipo, která je nyní velmi populární a využíváme ji i u nás na klinikách.

**V čem vidíte důvody jejího úspěchu?**

Působení laseru garantuje výraznější efekt procedury. Při použití této metody se zároveň minimalizuje riziko pooperačních nerovností a kožních převisů. Laser umožňuje šetrnější zásah na větších plochách těla a rychlejší hojení. Klienti dále uvádějí výrazně nižší citlivost po zákroku a menší otoky

a hematomy než po klasické liposukci. Laserová metoda je tedy mnohem komfortnější. Není výjimkou, že již druhý den po zákroku, zejména pokud byl menšího rozsahu, může jít klient do práce.

**Je změna okamžitě viditelná?**

Ano, samozřejmě, ale na definitivní hodnocení doporučujeme počkat ideálně tři až šest měsíců, během nichž dojde k uzrání výsledku.

**Pocífuji klienti nějakou bolest během zákroku?**

Výkon samotný je nebolestivý, neboť jej provádíme v místní, tumescenční anestezii. S klienty si u něj běžně povídám. Pokud řešíme jen jednu partii, ihned po zákroku mohou odejít domů. Pocity v dalších dnech pak bývají nejčastěji přirovnávány k bolesti jako při namožených svalech, což zná asi každý.

**Za jak dlouho po zákroku můžu vystavit své tělo v bikinách?**

První dva tři dny doporučujeme klid, nenamáhat se. Poté je už většinou možná běžná kancelářská práce či jiná činnost bez nadměrné fyzické aktivity. Po čtyřech až šesti týdnech už klienti nemají žádná omezení. Rekonvalescence po laserové liposukci probíhá mnohem rychleji než po té klasické. ■

SABINA TESAŘOVÁ

„Laserová liposukce má oproti klasické řadu výhod. Je efektivnější a rekonvalescence je kratší.“