

testujeme

pro vás!

VYZKOUŠENO

**Klinika estetické
medicíny a plastické
chirurgie YES
VISAGE**

ABDOMINOPLASTIKA:

ROVNÉ A PLOCHÉ BŘÍŠKO
PO DVOU PORODECH

Roky jsem si říkala, že začnu pořádně cvičit a zdravěji se stravovat a že to bude o. k. Že prostě máma po dvou porodech holt nemá hned figuru zpět jako v pětadvaceti. Samozřejmě to byla kombinace všeho, lenosti a doufání, že se to nějak spraví... Covidové období tomu moc nepomohlo, a tak jsem si řekla, že bych tomu měla jít trochu naproti.

KONZULTACE NA KLINICE A OPERACE

Objednala jsem se na konzultaci na pražské Klinice YES VISAGE, co by se s břichem, přes které už nějaký čas nemůžu zapnout kalhoty, jež jsem dříve nosila, dalo dělat. Po konzultaci bylo jasno, rozestup břicha. Diastáza. Což znamená operaci, tedy abdominoplastiku břicha! Já po tom porodu měla víc cvičit, říkala jsem si původně, ale po oznámení diagnózy mi bylo jasné, že na rozestup svalů by cvičení nepomohlo.

A taky jsem si říkala, že se mi nechce chodit s velkou jizvou přes břicho a že tomu dám ještě čas a rozmyslím si to. Ale pak to šlo v mé hlavě už rychle. Termín operace, dva dny hospitalizace a návrat domů. Stručně a krátce řečeno. Co je ještě třeba dodat, zákrok trval zhruba dvě hodiny, samozřejmě předcházelo předoperační vyšetření a pak už mi vše přišlo, že je to tak, jak to mělo být.

PO OPERACI

Když jsem poprvé viděla břicho po operaci, tak musím uznat, že to byl wow efekt! I při pohledu na pupík, který byl předtím obklopen jizvou ze slepáku a operace pupěční kýly... ani po těch už nebyla nikde ani stopa.

V pooperační rekonvalescenci jsem musela nosit šest až osm týdnů stahovací elastický pás jak přes den, tak i na spaní, ale po pár dnech jsem si na to zvykla, i když bylo letní počasí. A pás mi navíc dělal ještě hezčí a útlejší pas. (smích) Nějak jsem si začala v hlavě kreslit, jak si obleču něco, v čem jsem dřív vypadala jako ve třetím mě-



TESTOVALA:
Kamila (48),
maminka
Matyáše(13)
a Ondřeje (6),
team leader

KDYŽ JSEM
POPRVÉ
VIDĚLA BŘÍCHO
PO OPERACI,
MUSÍM UZNAT,
ŽE TO BYL
WOW EFEKT.



CO NA TO LÉKAŘ



**Plastický chirurg
MUDr. LUBOR
MRŇA, Klinika
YES VISAGE**

Jak výrazný problém měla Kamila?

Kamila měla po těhotenství takzvanou diastázu neboli rozestup přímých břišních svalů. Při relaxaci svalstva tak bylo její břicho vyklenuté. Neměla výrazný převis v podbříšku ani nadváhu.

Jaký zákrok podstoupila a proč?

Podstoupila abdominoplastiku se suturou diastázy.

Co bylo cílem zákroku?

Cílem operace bylo zpevnění břišní stěny. Dobře je to vidět na kontrolním snímku z profilu, kde je břicho ploché a rovné.

Jak jste spokojený s výsledkem?

Pacientka je spokojená, tudíž jsem spokojený i já.

*TEĎ JE TO O VĚTŠÍM
SEBEVĚDOMÍ
I VĚTŠÍ RADOSTI
Z OBLÉKÁNÍ. CÍTÍM
SE VÝBORNĚ!*



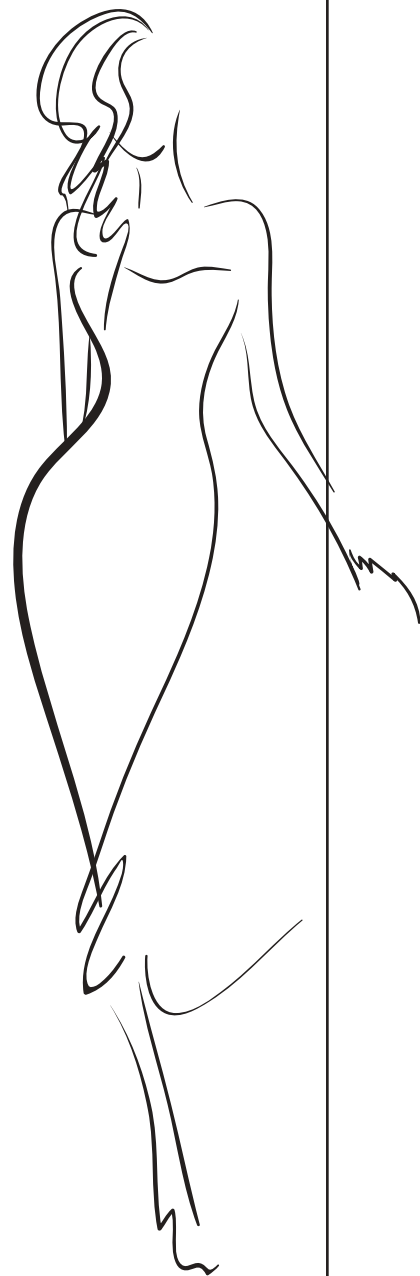
síci těhotenství a věděla jsem, že teď to bude vypadat o sto procent líp. A taky že vypadalo! Teď je to o větším sebevědomí i větší radosti z oblékání (černou mám pořád hodně ráda, ale už si oblékám i barevnější a tvarově zajímavější modely).

JIZVA A SPOL.

Jizva samozřejmě je, zatím jsem přibližně dva měsíce od operace, ale pokud se o sebe dobře staráte, nenamáháte se hlavně se zvedáním věcí a nějakou velkou fyzickou zátěží, jste na dobré cestě. Důležité jsou ještě dvě věci: silikonová páska, která pomáhá k lepšímu hojení, a taky pravidelné mazání jizvy.

Pořád mám nějaké kilo navíc, což znamená, že modelka ze mě už asi nebude. Ale znatelná změna proběhla a jsem za to moc ráda. Samozřejmě výběr kliniky a dobrého lékaře je zárukou. Tímto i děkuji doktoru Mrňovi a všem v týmu.

A za mě určitě i pozor na rychlou rekonvalescenci a pocit toho, že už se cítíte dobře, to je někdy trochu zrádné. Pracující máma dvou dětí chce totiž dělat automaticky víc, než v pooperačním období může. ✕



Spokojenost!

Celkově jsem ráda, že jsem abdominoplastiku absolvovala a že to bylo přesně v období, kdy jsem na to byla připravená. Protože všechno má svůj čas. Cítím se výborně, vyklenuté břicho je pryč a moje ženské sebevědomí zase o kousíček povyroستlo.