

MŮJ SVĚT

č. 10 / říjen 2022
Cena 32 Kč / 1,70 €

Doba vřesová

*Jak pěstovat posly
podzimu?*

Ladíme křivky

Když diety ani
pohyb nestačí, je
tu ještě liposukce



ŠTRÚDL ZNÁTE.
ZKUSTE TŘEBA:

- ✿ Jablečné růže
- ✿ Křehký dortík
- ✿ Koláč s krémem

Putování za vínem

Chutná doma,
za humny i o kus dál

RODINA A DĚTI

OPUŠTĚNÉ „HNÍZDO“

*Děti jsou pryč a doma
divné prázdno.
Co s tím?*

Eva
Samková

UTRÁCÍM RÁDA ZA JÍDLO A ZA KONĚ



Když si zadáte do vyhledávače termín liposukce, objeví se tolik informací, že se v nich sotva vyznáte. Liposukce se provádí už celá desetiletí a samozřejmě drží krok s technickým pokrokem, proto jsou dnes k dispozici i mnohem šetrnější a efektivnější metody. Současná estetická chirurgie nabízí kromě klasické metody liposukci asistovanou laserem, ultrazvukem, radiofrekvencí, vibrací, vodním paprskem apod. Princip zákroku se nezměnil, stále spočívá v odvádění tuku z těla kanylou, ale používané kanyly jsou tenčí, takže umožňují lepší přístup ke tkáním. Další rozdíl je v tom, že laserové nebo ultrazvukové techniky jsou šetrnější a hojení je rychlejší. Dnes lze i poměrně rozsáhlou liposukci provést pouze v místním umrtvení, téměř bezbolestně – a navíc ambulantně. Doba rekonvalescence se zkracuje na minimum, takže se nemusíte obávat, že by vás zákrok vyřadil z pracovního i běžného života. Nejžádanější partie u žen bývají břicho, boky, „madla lásky“, vnitřní a vnější stehna, záda, zadeček. Prostě jakékoliv partie, kde se usazuje přebytný tuk. Laserová liposukce je natolik přesná, že lze využít i pro ošetření menších partií, jako jsou paže, kolena či dvojité brada. U mužů je pak nejčastější partií břicho a boky.

UNIKÁTNÍ SÍLA PAPRSKU

Abyste si dokázali představit, jak vlastně taková laserová liposukce funguje, poprosili jsme o objasnění MUDr. Hanu Skeřilovou z Kliniky Yes Visage, která se podobným zákrokům věnuje už mnoho let.

„Smyslem estetických zákroků je vylepšit tělo a zároveň motivovat k lepšímu životnímu stylu.“

„Na naší klinice využíváme pokročilou laserovou liposukční technologii LipoLife 3G, s níž mám osobně jen ty nejlepší zkušenosti. Umožňuje odsávání a laserování problematické oblasti zároveň. Narušení tukové tkáně laserovým paprskem při jejím současném odsávání urychluje celý

i s redukcí celulitidy. Ve srovnání s jinými laserovými liposukcemi se tu pracuje s až tisíckrát nižšími energiemi, proto se případná rizika spojená s podobnými zákroky snižují na minimum. Zákrok je tedy bezpečný a šetrný, přitom však maximálně efektivní.



CHCETE SE
zbavit tukových
polštářků? Pomůže
vám liposukce.

VŠE O LIPOSUKCI

Potřebujete vyladit křivky, ale navzdory dietám a cvičení se nadbytečný tuk v některých partiích nechce vzdát? Existuje ovšem ještě jedna možnost, jak být spokojená ve svém těle. A je na ni opravdu spolehnoutí.

zákrok, navíc umožňuje získat nejvyšší možnou kvalitu tuku, který lze případně dál využít pro modelaci některých partií. Speciální laserové vlákno září do kruhu, nikoliv jen dopředu, proto dokáže najednou zasáhnout velkou plochu s homogenní energií a rovnoměrně ji prohřívát,“ vysvětluje odbornice přednosti této metody a dodává, že dokonale vyrovnaná tkáň bez hrbolků a pomáhá

MODELACE TUKEM

Jak již bylo zmíněno, přidanou hodnotou laserové liposukce je také modelace. „Díky optimální vlnové délce 1470 nm dochází k efektivnímu narušení tukové tkáně. Přitom si ovšem získané tukové buňky zachovávají vysokou vitalitu, a lze je tedy využít třeba pro zvětšení a modelaci prsou, případně kombinovat s implantáty pro přirozenější výsledek. Anebo je použít jako výplň obličej pro zvětšení objemu, vyplnění vrásek a podobně,“ uvádí MUDr. Hana Skeřilová a upřesňuje, že právě životaschopnost přeneseného tuku ovlivňuje úspěšnost jeho přenosu neboli lipotransferu. Za pomoci speciální kanyly s plochým laserovým vláknem je možné napnout pokožku i v tak delikátních oblastech, jako je obličej nebo krk. Kanylu lze také použít k optimalizaci výsledku po faceliftu i vylepšení malých asymetrií. ■

Zeptali jsme se za vás na všechno, **co potřebujete vědět.**



MUDr. Hana Skeřilová
z Kliniky Yes Visage

Jaké je měřítko (tělesná konstituce, množství tuku...), u koho lze zákrok provést, a u koho ne?

K liposukci přistupujeme za účelem tvarování těla. U klienta musí být přítomné tukové ložisko (například na břicho, v oblasti boků a stehen atd.), prostě partii, kde tuku přebývá, je ho tam navíc a liposukci by se postava harmonizovala, stala se symetrickější. Laicky řečeno, musí být z čeho tuk brát a musí to vést k harmonizaci postavy, aby vypadala přirozeně, souměrně a celkově hezky. Pro velmi obézní klienty liposukce není vhodná. Nadneseně řečeno, opravdu neudělá vosí pas člověku, který je jinak celkově ve všech partiích obézní. Tak to nefunguje. Stejně tak nevyřeší problém u klientů s větším podílem kůže než tuku. Tedy přetékající kůže, zde se potom jedná o jiný zákrok, jímž je například u břicha abdominoplastika nebo lipoabdominoplastika.

Co když se pacientka obává podstoupit zákrok při plném vědomí?

Zákroky se nejčastěji provádějí ambulantně, v lokálním znecitlivění, tedy bez nutnosti hospitalizace a celkové anestezie. Ale u nás na klinice nabízíme nově i možnost analgosedace, která na klinikách není běžná. Pokud má tedy klientka obavy ze zákroku v lokální anestezii, kdy je při vědomí, a zároveň má obavy i z celkové anestezie, tedy z narkózy, u nás má možnost zvolit

si analgosedaci, což znamená, že zákrok vlastně prospí, ale není, jak se lidově říká, v narkóze.

Požadují takový zákrok i dívky v dospívajícím věku? Je možné a vhodné jim v tom vyhovět?

V mladším věku je to velmi vzácné, zde liposukci spíše řešíme nějaké asymetrie, jinak co se týče dospívajících dívek, doporučila bych počkat do věku osmnácti let. Nejčastěji chodí mladé ženy mezi dvacátým a čtyřicátým rokem života, což je logické a dané tím, že ženám v tomto věku záleží na vzhledu a jsou pro svůj zevnějšek ochotné hodně udělat. Klientek staršího věku ubývá nejčastěji z důvodu, že prý „už to nestojí za to“, což je velká chyba. Mohu potvrdit, že zejména ze čtyřicátých jsou nejděchnější klientky a mnohé litují, že už to neudělaly dříve.

Stává se, že se pacientky vracejí, protože si kýžený výsledek zkrátka neudrží?

Klientky se častěji vracejí k vyrovnaní jiných oblastí než s tím, že by v ošetřené oblasti přibraly. Pokud nebudou dodržovat zdravou životosprávu, tím mám na mysli stravovací režim, čili přiberou vlastní vinou, pak ale v oblasti, kde jsme tuk odebrali, je to vždy méně. Tukových buněk máme dané množství a nemnoží se, nepřibývají, ale zbylé tukové buňky v ošetřené oblasti se mohou zvětšit, nabývat na objemu – a pak je v této oblasti opět patrná tuková vrstva. Bude to ovšem vždy méně než v jiných oblastech, kde nebyla liposukce provedena. Proto také vznikl mýtus, že tuk se „přestěhuje“ jinam. Nepřestěhuje, to ani není možné. Tuk nemigruje. Prostě jen člověk, pokud se nehlídá a přibere, přibere tam, kde liposukce nebyla provedena, a logicky v partiích, které byly ošetřeny, přibere jen méně, protože tam je již méně

tukových buněk. Může se tedy stát, že na některých místech přibere více, ale rozhodně to není tím, že by se tam tuk „šel“ schovat nebo se „přestěhoval“.

Dřív byla asi největší slabina v narušeném podkoží, ve kterém se mohly vytvářet dolíčky. Podařilo se už tento jev vymýtit?

Při liposukci vždycky dochází k narušení podkoží, proto se klade důraz na správnou techniku provedení. Od lékaře, který zákrok provádí, se očekává erudice a potřebné zkušenosti v této oblasti. Právě z tohoto důvodu je důležité i množství provedených zákroků, v čemž naši odborníci drží prvenství. A pak zvolená moderní technika. Často je ideální právě laserová liposukce, která tento problém skutečně minimalizuje. Pokud se nerovnosti objeví, zejména na zevních stranách stehů, pak je vhodné provádět doma masáže pro jejich redukci, nejlépe válečkem.

Zmínila jste liposukci kombinovanou s transferem tuků do jiných partií. Využívají to pacientky v hojné míře?

Přenos vlastního tuku do jiných oblastí těla se k dnešnímu dni provádí, ale tuková tkáň musí být nepoškozená. Ne pro každého je takový přenos vhodný, zde opravdu záleží na konkrétním člověku. Na nezávazné konzultaci s klientem vždy vyhodnotíme, jaké jsou možnosti. Tukem lze řešit prsa, zadeček, ale i omlazení obličeje.

Je možné odsát tuk aplikovat někomu jinému (například kamarádce), nebo je tam riziko?

Tukové buňky lze přenést v rámci jednoho těla, cizí tkáň jedinec nemůže přijmout.

Setkala jste se za dobu své praxe s nějakou kuriozitou?

Třeba nezvyklou partií, kterou chtěl někdo odsát?
Občas klientky požadují odsát i vyklenutý Venušin pahorek.

Jaké množství tuku lze vůbec jednorázově odsát?

Maximum tuku, které můžeme jednorázově odsát, je pět litrů, ale nejlépe již za plného usnutí. Opravdu záleží na osobní konzultaci s chirurgem, který klientce či klientovi nastíní jeho konkrétní možnosti. Tyto údaje vskutku nelze paušalizovat.

Pokud by chtěl někdo odsát větší množství tuku, ale nejde to naráz, kdy nejdříve lze zákrok opakovat a jaký je maximální počet opakování?

V případě, že klient požaduje liposukci více oblastí, provádí se v celkové anestezii, kde tak lze odebrat mnohem více tuku z více partií najednou. V tomto případě pak klient zůstává na klinice až do druhého dne. Ale i tady je rekonvalescence při laserové liposukci výrazně rychlejší než u liposukce klasické. V místní anestezii bez usnutí lze ošetřit pouze jednu, maximálně dvě menší lokality, zatímco pro více partií je potřeba liposukci rozdělit na etapy. K liposukci další oblasti doporučujeme přistoupit zhruba za šest týdnů.

Setkáte se i s nespokojeností, nebo je tento zákrok vždy splněným snem?

Klienti si výsledky zákroku chválí a často se vracejí, aby si nechali ošetřit i další partie. Pokud se přece jen objeví nerovnosti, lze provést korekci (opravu v místním znecitlivění). Liposukce dokáže změnit i myšlení lidí. Když se jim výsledek tolik líbí, že si ho prostě chtějí zachovat, změnit životní styl. Tohle je opravdu velmi častý jev, který vnímáme jako ideál. To by měl být smysl estetických zákroků. Mění tělo a zároveň napravují duši k pozitivnějšímu životu.