



## DOPŘEJTE SI KRÁSNĚ TVAROVANOU POSTAVU

*Někdy stačí velmi málo k tomu, abyste se ve svém těle cítila dobře. Spolehlivým pomocníkem pro vás může být nenáročný, často vyhledávaný zákrok s velmi dobrým pooperačním výsledkem.*

Snažíte se poctivě cvičit, krotíte se v porcích, odříkáte si vysoko-kalorické potraviny, a přesto vás stále trápí přebytečný tuk v některých partiích? Existuje řešení, které by vás k vysněné postavě mohlo jednoduše a účinně přiblížit. Řeč je o liposukci, která se v dnešní době řadí mezi nejčastěji prováděné zákroky na klinikách plastické chirurgie. Důležité je ovšem zmínit, že odsátí tuku není lék na nadváhu nebo obezitu. MUDr. Libor Kment z kliniky Esthé také upozorňuje, že zákrok nezajistí redukci hmotnosti, nejde ani o náhradu za cvičení, dietní opatření či zdravý životní styl. Ten je totiž v boji s přebytečnými kily klíčový. A jakou oblast si můžete nechat liposukcí ošetřit? „Nejčastěji odsávanými partiemi jsou břicho, boky, zevní a vnitřní strana stehen, ale i vnitřní

tak na tom, kolik litrů odsajeme. Někdy ale skutečně chodí na zákrok klienti, kteří čekají větší redukci objemu a váhy. Názory na to, kolik je možné odsát, se liší. Záleží také na metodě liposukce, zdravotním stavu klienta a v neposlední řadě i na odvaze operátora. Obvykle se mluví zhruba o třech litrech jako o bezpečné hranici. Někdo ale odsává i deset litrů. Každopádně při velkých odsátých objemech se zvyšuje riziko celkových i lokálních komplikací.

**Jak dlouho tento zákrok trvá a jak probíhá rekonvalescence?** Opět je to velmi individuální. Záleží na metodě, odsávaném objemu a partii. Liposukce může trvat patnáct minut, ale i dvě hodiny. Podle rozsahu by měl být klidový režim od několika dní po týdny. Dva až šest týdnů po operaci by měl klient nosit spe-

### EXISTUJE NĚKOLIK DRUHŮ LIPOSUKCE. VŠECHNY FUNGUJÍ NA PODOBNÉM PRINCIPU – DANÁ OBLAST SE NAPUSTÍ ROZTOKEM, KTERÝ VYPLNÍ A ROZTÁHNE PROSTOR K NARUŠENÍ TUKOVÝCH BUNĚK.

strana kolen. Velice často odsáváme tuk i z paží a podbradku. Ostatní partie nejsou tak obvyklé, a to z důvodu většího rizika nerovností nebo poškození důležitých struktur.“

V dnešní době navíc existují zcela nové metody, které jsou šetrnější k okolním tkáním a jsou spojeny s minimálními riziky. Mnoho žen ale také zajímá, jestli se mohou s tukovou zásobou rozloučit nadobro. Jak to je a co dalšího byste měla o liposukci vědět?

#### ZAJISTÍ JEDNORÁZOVÁ PROCEDURA TRVALÝ EFEKT?

ODPOVÍDÁ MUDR. LIBOR KMENT Z KLINIKY ESTHÉ:

**Má liposukce dlouhodobý efekt, nebo je nutné, aby se zákrok za nějaký čas opakoval?**

Tukové buňky se v dospělosti již nemnoží. Mohou se ale zvětšovat, nafukovat. V určité problematické partii se nachází více tukových buněk, a proto má někdo problém kupříkladu jen s břichem, podbradkem nebo stehny. Když tuto oblast odsajeme a klient si bude životospřávnou udržovat přibližně stejnou tělesnou váhu, je problém navždy vyřešen.

**Jaké množství tuku lze odsát?**

Cílem liposukce je především tvarování těla a obvykle nezáleží až

ciální elastické prádlo. Zpočátku může být v odsávané oblasti otok, modřiny, změna citlivosti kůže. Definitivní výsledek se dostaví po několika měsících.

**Existují nějaké nové a šetrnější techniky? Jakou doporučujete ženám a proč?**

Metod liposukce je spousta. Šetrné moderní techniky jsou ultrazvukem nebo laserem asistované liposukce, při kterých se tuková tkáň cíleně rozruší, a dojde tak k menšímu riziku poškození jiných tkání. Tkáň je rozrušena rovnoměrně, což vede k menšímu riziku nerovností a kůže má větší tendenci ke smrštění. To je výhodné zejména u partií, kde je kůže volnější, jako je břicho či podbradek. U nás na klinice používáme moderní ultrazvukovou liposukci Vaserlipo II.

