

«ΚΟΙΛΙΑ» ΣΤΗΝ ΤΕΛΕΙΟΤΗΤΑ, ΤΕΛΟΣ!

Σε ποιες περιπτώσεις η κοιλιοπλαστική συντελεί στην άψογη εμφάνιση.

Ενα από τα πιο συμβολικά, ευάλωτα και όμορφα σημεία του γυναικείου σώματος, η κοιλιά, ως πηγή ζωής, διεκδικεί τον πρωταγωνιστικό ρόλο γοητείας και θηλυκότητας. Ωστόσο, είναι ένα σημείο που αντανακλά τα κιλά που συσσωρεύονται, τη λάθος διατροφή, τις εγκυμοσύνες, την έλλειψη άσκησης, τις αυξομειώσεις βάρους. Το σχήμα και η όψη της ιδεώδους κοιλιάς υπόκεινται στις αντιλήψεις περί αισθητικής της κάθε εποχής. Στην εποχή μας, βέβαια, όμορφη κοιλιά είναι η επίπεδη και καλά γυμνασμένη. Η πλαστική χειρουργική έρχεται να δώσει για μια ακόμη φορά τη λύση, όταν νιώθουμε ότι δεν έχουμε πλέον άλλη επιλογή.

Ο πλαστικός και επανορθωτικός χειρουργός κ. Χαρίλαος Ιωαννίδης, αναπληρωτής καθηγητής του Πανεπιστημίου της Λουβέρνης και διευθυντής στο Πανεπιστήμιο του Λονδίνου, μάς δίνει όλες τις πληροφορίες για το πώς μπορεί να αντιμετωπιστεί η συσσώρευση τοπικού πάχους και η χαλάρωση της κοιλιάς. «Η κοιλιοπλαστική ενδείκνυται για περιπτώσεις απώλειας βάρους της τάξεως των 20-25 κιλών, όταν το δέρμα έχει χάσει την ελαστικότητά του, σε γυναίκες και άντρες. Μετά τη δεύτερη ή τρίτη εγκυμοσύνη, επίσης, ο οργανισμός δεν είναι σε θέση να “μαζέψει” το ξεχειλωμένο δέρμα, ούτε τους μύες από κάτω. Παίζει βέβαια ρόλο και η ηλικία, αλλά και πόσο μεγάλη ήταν η κοιλιά. Επίσης, πολλές φορές μετά τον τοκετό η κοιλιά γεμίζει ραγάδες, για τις οποίες δεν υπάρχει αποτελεσματικός τρόπος αντιμετώπισης. Τέλος, η συγκεντρωμένη ποσότητα λίπους είναι μια περίπτωση που λύνεται πολύ εύκολα με τη λιποαναρρόφηση».

Ωστόσο, πρέπει να γίνει αντιληπτό ότι η κοιλιοπλαστική δεν υποκαθιστά τη δίαιτα και δεν γίνε-

αντιμετωπίζει οποιαδήποτε επιπλοκή. Αν γίνει σε ιατρείο, το απλό σύμβαμα μπορεί να δημιουργήσει σοβαρό πρόβλημα. Μετά την επέμβαση, ο ενδιαφερόμενος παραμένει στο νοσοκομείο μερικές ώρες για παρακολούθηση. Αν έχει γίνει γενική αναισθησία, τότε χρειάζεται να παραμείνει για ένα βράδυ. Στη συνέχεια, θα πρέπει να φορά ειδική ζώνη για δύο εβδομάδες. Την πρώτη εβδομάδα θα πρέπει να αποφεύγεται οποιαδήποτε μυϊκή άσκηση, όπως για παράδειγμα το περπάτημα και η γυμναστική. Μπορεί να επιστρέψει στις επαγγελματικές υποχρεώσεις μόνο αν πρόκειται για δουλειά γραφείου. Και βέβαια, μια επιτυχημένη επέμβαση δεν «μετριέται» με την απώλεια κιλών, αλλά με την ελάττωση της περιμέτρου των σημείων στα οποία γίνεται.

Όσο για την κοιλιοπλαστική, ο κ. Ιωαννίδης τη χαρακτηρίζει ως ευεργετική επέμβαση για τις γυναίκες που έχουν καλό σώμα, αλλά έχουν σημαντική χαλάρωση στην περιοχή. «Η κοιλιοπλαστική χωρίζεται σε δύο είδη, ανάλογα με την έκταση της χαλάρωσης», συμπληρώνει ο ίδιος. «Η μερική, όπου ο γιατρός δρα μόνο στο κομμάτι κάτω από τον αφαλό και τη πλήρη, στην οποία ανεβαίνει μέχρι τα πλευρά και το στήθος. Εκεί ανασηκώνεται όλο το δέρμα, ελευθερώνεται ο αφαλός, υποσκάπτεται, αφαιρείται η περίσσεια, δημιουργείται νέο άνοιγμα αφαλού και ράβεται πάλι. Επιπλέον, μπορεί να γίνει και αναδίπλωση των κοιλιακών μυών όταν αυτοί είναι χαλαροί, για να σκληρύνει και να ενισχυθεί το μυϊκό τοίχωμα της κοιλιάς. Πρόκειται για μια μεγάλη επέμβαση, με αρκετή πιθανότητα επιπλοκών, όπως διάσπαση τραύματος ή δημιουργία αιματώματος. Η πλήρης κοιλιοπλαστική γίνεται μόνο με γενική αναισθησία και χρειάζεται οπωσδήποτε παραμονή δύο ημερών στο νοσοκομείο. Στη μερική μπορεί να συζητηθεί η μέθη. Σε αυτή την



Ο πλαστικός-επανορθωτικός χειρουργός κ. Χαρίλαος Ιωαννίδης.

«Η κοιλιοπλαστική είναι ευεργετική για τις γυναίκες που έχουν καλό σώμα, αλλά έχουν σημαντική χαλάρωση στην περιοχή».

ται για απώλεια βάρους. Αντένδειξη για την κοιλιοπλαστική είναι το μεγάλο βάρος. Σε αυτή την περίπτωση, οι πιθανότητες για επιπλοκές, όπως θρομβώσεις ή πνευμονική εμβολή, είναι μεγαλύτερες. Το τοπικό πάχος απομακρύνεται πολύ εύκολα με τη λιποαναρρόφηση, η οποία γίνεται μόνο όταν δεν υπάρχει χαλάρωση, όταν το σώμα είναι σε γενικές γραμμές καλό, αλλά έχει πρόβλημα στο συγκεκριμένο σημείο.

«Σκοπός μας είναι να γίνει επίπεδο το κομμάτι κάτω από τον αφαλό», εξηγεί ο κ. Ιωαννίδης. «Η επέμβαση γίνεται με τοπική αναισθησία και μέθη, ή με γενική αναισθησία. Εγχέεται ένα διάλυμα με τοπικό αναισθητικό, αδρεναλίνη και φυσιολογικό ορό, το οποίο κλείνει τα αγγεία που υπάρχουν στο λίπος και δρα ελαφρά ρευστοποιητικά για το λίπος. Μέσα από μια πολύ μικρή τομή οκτώ χιλιοστών τραβάμε ακτινωτά το λίπος με τη μήλη, η οποία είναι συνδεδεμένη με ένα μηχανήμα που δημιουργεί αρνητική πίεση. Είναι προτιμότερο να κάνουμε 2-3 μικρές τομές, ώστε να φτάσουμε εύκολα στα σημεία που θέλουμε».

Η επέμβαση πρέπει να γίνεται μόνο σε νοσοκομείο, όπου μπορεί να

περίπτωση, γίνεται τομή πάνω από το εφηβαίο σε σχήμα W, και ό,τι περισσεύει κόβεται και ράβεται από κάτω».

Μετά την επέμβαση, γίνεται πιεστική επίδεση με την ειδική ζώνη για τουλάχιστον τέσσερις εβδομάδες. Οι περιορισμοί είναι πολύ πιο αυστηροί, αφού απαγορεύεται οποιαδήποτε μυϊκή άσκηση που μπορεί να θέσει σε κίνδυνο το τραύμα για τέσσερις έως έξι εβδομάδες. Η γυμναστική επιτρέπεται μετά από οκτώ εβδομάδες, ενώ η τομή αρχίζει να «σβήνει» μετά τους 6-8 μήνες.

Σχετικά με το αν η κοιλιοπλαστική μπορεί να γίνει συνδυαστικά μετά τη γέννα, ο κ. Ιωαννίδης απαντά:

«Εάν πρόκειται για μερική κοιλιοπλαστική μπορεί να συνδυαστεί, εφόσον βέβαια γίνεται καισαρική. Αλλά, επειδή μετά τη γέννα, το δέρμα μαζεύει, το σωστό είναι να γίνει περίπου έξι μήνες αργότερα, για να πετύχει κανείς ένα καλό αποτέλεσμα, καθώς δεν μπορείς να προβλέψεις πώς θα δράσει η φύση, κατά πόσο θα επανέλθει το σώμα. Η κοιλιοπλαστική, πάντως, δεν εμποδίζει επόμενη εγκυμοσύνη». LIFE&STYLE