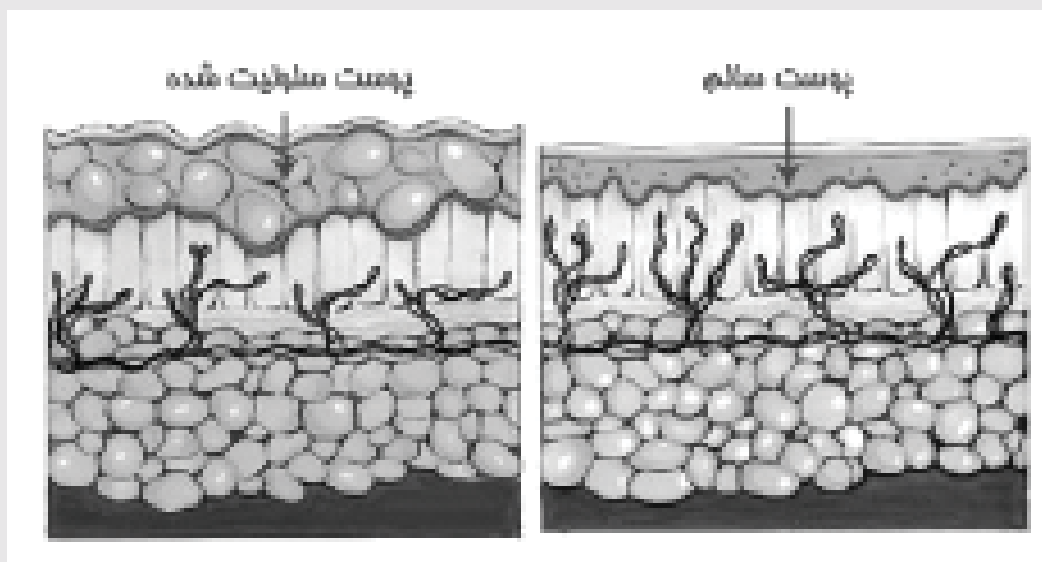


معرفی روش‌های پیکرتراشی و جراحی زیبایی اندام



آن‌ها خارج است. به همین دلیل این عده به دنبال روش‌های جایگزین هستند. پیکرتراشی یکی از شیوه‌های جدید علم پزشکی است که در جهت پاسخ به نیاز این دسته از بیماران، شکل گرفته است. در پیکرتراشی حذف چربی‌های اضافه، بدون آسیب‌رساندن به نقاط حساس بدن از جمله ماهیچه، بافت‌های عروقی و عصب مدنظر است از سوی دیگر کاهش سایز بدن هدف اصلی آن است. در این شیوه لاغری، فرد در مدت کوتاهی به وزن ایده آل خود دست پیدا می‌کند. این روش به صورت موضعی انجام می‌شود بدین معنا که برای افرادی که از چاقی مفرط رنج می‌برند، روش مناسبی نیست چرا که تمامی نقاط بدن آن‌ها نیازمند خارج کردن چربی است که این کار یک خطر برای سلامتی محسوب می‌شود. در واقع پیکرتراشی برای هر فرد در یک یا چند ناحیه استفاده می‌شود و برای افرادی که از انباشته شدن چربی اضافی در بعضی نقاط بدن مثل غبغب و پهلوها یا ران‌ها و باسن یا شکم ناراضی‌اند، کاربرد دارد. افراد چاق باید از روش جراحی چاقی استفاده کنند.

امروزه اضافه‌وزن و چاقی به‌عنوان یک معضل، سلامت نسل بشر را تهدید می‌کند. چاقی موجب بروز بیماری‌هایی از جمله ناراحتی‌های قلبی، افزایش کلسترول خون، بالا رفتن قند خون، خطر ابتلا به سرطان و ... می‌شود. برای کاهش وزن راه‌های مختلفی وجود دارد. برخی تمایل دارند تا از راه‌هایی همچون ورزش، پیاده‌روی، رژیم‌های غذایی و ... وزن خود را کاهش دهند. این روش‌ها اگرچه به‌عنوان مطمئن‌ترین راه‌های کاهش وزن عنوان می‌شوند اما نیازمند صرف وقت زیاد هستند. به این معنا که برای کاهش وزن از طریق ورزش یا رژیم غذایی باید یک مدت طولانی انتظار کشید و در عین حال سختی‌های طی کردن مسیر نیز به آن اضافه می‌شود. از سوی دیگر هیچ رژیم غذایی و ورزشی برای لاغری موضعی وجود ندارد.

اگر چه بهترین روش برای رسیدن به تناسب اندام، اصلاح سبک زندگی و در پیش گرفتن یک رژیم غذایی مناسب، پرهیز از خوراکی‌های پرکالری و چرب و افزایش تحرک روزانه است اما برخی افرادی که از اضافه‌وزن رنج می‌برند، وقت کافی برای لاغر شدن از طریق مسیرهای طبیعی ندارند و یا از توانایی

سلولیت

از دیدگاه علم پزشکی به تجمع چربی‌های غیر طبیعی در زیر پوست سلولیت (Cellulite) گفته می‌شود. این عارضه اغلب نمای سطح پوست را به پوست پرتقال شبیه می‌کند و اصطلاحاً به آن (Orange Peel Effect) می‌گویند. درحقیقت جمع‌شدن چربی و مواد زائد به شکل گلوله یا برجستگی‌های کوچک در زیر پوست که به آن سلولیت می‌گویند یک نوع مسمومیت نسوج ارتباطی بدن است.

تفاوت‌های چاقی و سلولیت

چاقی و سلولیت دو عارضه متفاوت هستند که تنها تشابه آن‌ها در تجمع چربی و ایجاد برجستگی ظاهری است. در جدول ۱ به برخی از تفاوت‌های چاقی و سلولیت اشاره می‌شود:

چاقی	سلولیت
درمان با رژیم غذایی کم کالری مفید است.	درمان با رژیم غذایی کم کالری اثری ندارد.
پوست صاف است.	پوست در نواحی مبتلا فرورفتگی و برآمدگی دارد.
پوست شل است.	بیشتر سلولیت‌ها سفت هستند.
کاهش مصرف نمک هیچ اثر درمانی ندارد.	کاهش مصرف نمک، مؤثر است.
در کل بدن قابل مشاهده است.	در نواحی خاصی از بدن مشاهده می‌شود.
چربی‌ها اغلب در شکم تجمع پیدا می‌کنند.	اغلب در ران و باسن به وجود می‌آید.
دردناک نیست.	در اثر وارد آوردن فشار بر نواحی مبتلا درد ایجاد می‌شود.
در اثر افزایش حجم بافت چربی ایجاد می‌شود.	در اثر تجمع مواد سمی به وجود می‌آید.
شامل هر دو جنس زن و مرد می‌شود.	اغلب جنس زن را شامل می‌شود.
در هر سنی ممکن است ایجاد شود.	معمولاً در سنین رشد هورمونی و آغاز عادات ماهانه دیده می‌شود.
اغلب ارتباط با تغییرات هورمونی ندارد.	با تغییرات هورمون استروژن مرتبط است.

جدول ۱) تفاوت‌های چاقی و سلولیت

همانطور که مشاهده شد، سلولیت در افرادی با وزن طبیعی نیز ایجاد می‌شود.

عوامل ایجاد سلولیت

این عوامل به ترتیب اولویت عبارتند از:

- عوامل ژنتیکی و جنسیت، ایجاد تغییراتی در ترشح طبیعی هورمون‌های بدن به‌ویژه هورمون‌های جنسی زنانه (استروژن)، عدم رعایت رژیم و برنامه غذایی مناسب، افزایش بی‌رویه وزن، افزایش سن، استرس‌ها و خستگی‌های طولانی، عدم تحرک و فعالیت‌های ورزشی
تمامی عوامل ذکر شده سبب افزایش سلول‌های چربی در لایه زیر پوست تا ۳۰۰ برابر حجم طبیعی‌شان می‌شوند. از تجمع این سلول‌ها فضای بسته و غیر قابل نفوذی ایجاد می‌شود. افزایش تعداد این فضاها باعث فشرده‌شدن عروق خونی و لنفی و در نتیجه مهار جریان این عروق می‌شود. بنابراین مواد زائد حاصل از سوخت‌وساز سلول‌ها دفع نمی‌شوند و سلولیت ایجاد می‌شود که در صورت عدم درمان، پیشرفت خواهد کرد.

به‌علت وجود هورمون استروژن و بالابودن حجم چربی در خانم‌ها ۹۰ درصد از مبتلایان به سلولیت را خانم‌ها تشکیل می‌دهند.

نواحی تشکیل سلولیت

سلولیت اغلب در نواحی زیر ایجاد می‌شود:
ران، باسن، لگن، شکم، قسمت پایین کمر، قسمت‌های پشت و داخل بازوها، قسمت‌های داخلی زانو، بالای کمر و زیر شانه‌ها، مچ پا. محل ایجاد سلولیت در آقایان معمولاً در ناحیه شکم و پشت گردن است.

نحوه درمان سلولیت

- بازگرداندن حالت طبیعی و قوام سفت پوست
- آزادسازی مواد زائدی که در بافت تجمع یافته‌اند
- کاهش اندازه و سایز سلول‌های چربی که قبلاً بزرگ شده بودند.
چاقی و سلولیت از جمله مشکلاتی هستند که بسیاری از بانوان به آن مبتلا می‌شوند. سلولیت به صورت نمایی پوست پرتغالی، در سطح پوست، ران‌ها، پشت، باسن، بازوها و ... دیده می‌شود و تاکنون به هیچ روشی قابل درمان نبوده است.

با نوآوری فرانسوی‌ها در ساخت دستگاه Starvac SP و ابداع تکنیک انحصاری Endermology می‌توان این عارضه را درمان کرد. به‌طور کلی دستگاه Starvac SP می‌تواند در درمان سلولیت، چاقی‌های موضعی، کاهش سایز، لیفتینگ صورت، لیفتینگ پستان‌ها، لیفتینگ بدن و شکم به‌ویژه پس از زایمان و رژیم‌های غذایی به‌طرز بسیار موثری به‌کار رود. در این سیستم یک نرم افزار دقیق با ایجاد حرکات پالسی محاسبه شده و به وسیله انرژی لیپوماتیک که کاملاً بدون عارضه است تناسب اندام، زیبایی، شادابی و لطافت پوست بدن و صورت حاصل می‌شود.

دستگاه Starvac

این روش تنها راه موجود جهت از بین بردن آن دسته از چربی‌هایی است که در بافت‌های سطحی و زیرجلدی ذخیره شده‌اند و با بهره‌گیری از رژیم‌های غذایی، ورزش و لیپوساکشن نمی‌توان آن‌ها را از بین برد.





سلولیت به صورت یک ناحیه قرمز رنگ و ورم کرده بر روی پوست ظاهر می‌شود که گرم و حساس بوده و ممکن است به سرعت گسترش پیدا کند. سلولیت بیشتر قسمت پایین پا را تحت تأثیر قرار می‌دهد، البته این در حالی است که این عارضه ممکن است در تمام پوست بدن و یا حتی پوست صورت بروز کند. ممکن است سلولیت تنها لایه بالایی پوست را تحت تأثیر قرار دهد، اما با این وجود ممکن است در برخی موارد این عفونت به بافت‌های زیر پوست نیز رسیده و از آنجا در غدد لنفاوی و جریان خون منتشر شود. اگر این بیماری درمان نشود، به سرعت گسترش پیدا می‌کند و می‌تواند حتی زندگی فرد مبتلا را به خطر بیندازد. به همین دلیل اقدام فوری برای درمان آن و مراجعه به پزشک الزامی است.

علائم سلولیت

علائم و نشانه‌های احتمالی سلولیت عبارتند از:

قرمزی، ورم، حساسیت به لمس شدن، درد، گرم شدن پوست، تب تغییرات پوستی ممکن است همراه با تب باشد. با گذشت زمان این ناحیه قرمز رنگ از پوست گسترش پیدا می‌کند. ممکن است بر روی ناحیه قرمز رنگ پوست لکه‌های قرمز رنگی ظاهر شوند و حتی در برخی موارد ممکن است در این قسمت تاول‌های کوچکی نیز مشاهده شود. تشخیص سریع و درمان این بیماری بسیار مهم است لذا مراجعه زود هنگام به پزشک اهمیت ویژه‌ای پیدا می‌کند.

علل سلولیت

سلولیت هنگامی بروز می‌کند که یک یا چند نوع از این باکتری از طریق یک شکاف در پوست به زیر پوست راه پیدا کند. اگرچه سلولیت ممکن است در هر جای بدن رخ دهد اما محل شایع‌تر بروز این بیماری پوستی ساق پا است. باکتری خود را از طریق بریدگی‌ها، زخم‌ها، خراش‌ها و یا درماتیت زیر پوست می‌رساند.

گزش برخی از حشرات و یا عنکبوت‌های خاص نیز می‌تواند باعث انتقال عفونت به فرد شود. مناطق خشک و پوسته‌پوسته شده پوست نیز می‌تواند مکان مناسبی برای ورود این باکتری‌ها به پوست باشند.

عوامل افزایش‌دهنده خطر ابتلا به این بیماری پوستی عوامل متعددی می‌تواند فرد را در معرض خطر ابتلا به این عفونت پوستی قرار دهد:

آسیب‌های پوستی از جمله بریدگی‌ها، خراش‌ها، ترک‌ها و سوختگی‌ها ضعف سیستم ایمنی بدن: برخی از بیماری‌ها مانند دیابت، سرطان خون، ایدز، بیماری‌های کبد و بیماری‌های مزمن کلیوی و بیماری‌های مرتبط با گردش خون و همچنین مصرف برخی از داروها مانند کورتیکواستروئیدها می‌تواند باعث تضعیف سیستم ایمنی بدن فرد و در نتیجه افزایش احتمال ابتلا به عفونت‌ها و از جمله سلولیت شوند.

اختلالات پوستی: برخی از اختلالات پوستی مانند آگزما، پای ورزشکاران، آبله‌مرغان و زونا می‌تواند احتمال ابتلا به این بیماری را افزایش دهد. ورم مزمن دست‌ها و پاها (لنف آدم)، داشتن سابقه سلولیت، استعمال مواد مخدر تزریقی، چاقی.

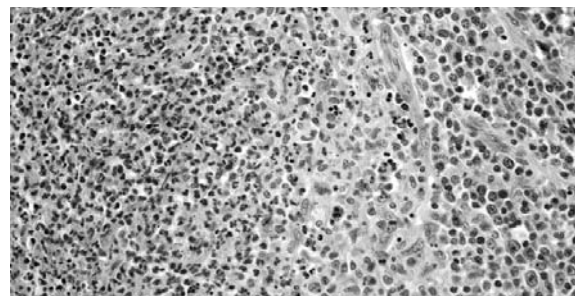
- از بین بردن چرخه معیوب ایجاد سلولیت
- بهبود تبادلات سلولی و از بین بردن مواد زائد در بافت‌ها
- تحریک جریان خون و لنف در بافت‌ها
- افزایش سوخت چربی در بافت‌ها
- تحریک سلول‌های فیبروپلاست
- افزایش تولید کلاژن در بافت‌ها
- بافت‌های هدف دستگاه Starvac
- بافت چربی زیر جلدی، جریان خون شریانی و وریدی، تخلیه لنفاوی، ساختار کلاژنی

مکانیسم‌های عملکرد دستگاه Alice

- افزایش اشباع عروق و افزایش انتقال جریان خون به مناطق حساسی که برای مدت طولانی اکسیژن کافی دریافت نکرده‌اند.
- تقویت تون عضلانی و کاهش لایه چربی زیرجلدی و در نتیجه کاهش سایز مناطق مورد نیاز
- برقراری مجدد جریان خون همراه با کاهش احساس درد و بی‌حسی
- تأثیر بر روی جریان لنفاوی بافت جهت تحریک غدد لنفاوی به منظور تخلیه مایعات تجمع یافته در بافت

سلولیت از جنس عفونت

قرمزی، ورم، حساسیت به لمس شدن، درد، گرم شدن پوست و تب از علائم سلولیت (Cellulitis) هستند. سلولیت یک عفونت باکتریایی رایج و بالقوه جدی است. سلولیت را باید از واژه سلولیت (Cellulite) به معنی تجمع بدشکل چربی‌هایی در زیر پوست به خصوص در خانم‌ها که در سوخت و ساز آن‌ها اختلال به وجود آمده است، افتراق داد.



عوارض سلولیت

عفونت سلولیت ممکن است خود را به لایه‌های پایین‌تر پوست و از آنجا به غدد لنفاوی و سیستم گردش خون برساند و در سرتاسر بدن منتشر شود. حملات این بیماری ممکن است باعث متورم شدن اندام‌هایی که مورد حمله قرار گرفته‌اند شود. در مواردی نادر، این عفونت می‌تواند به لایه‌های بسیار پایین پوست برسد و باعث بروز اختلالات پوستی خطرناک‌تری شود.

تشخیص سلولیت

معاینه پوست فرد توسط پزشک می‌تواند برای تشخیص این بیماری کافی باشد. ممکن است پزشک به منظور تشخیص دقیق‌تر برای فرد آزمایش‌های دیگری از جمله آزمایش خون تجویز کند. اگر سلولیت در ساق پا رخ بدهد ممکن است علائمی مشابه علائم خون لخته‌شده در رگ‌های عمیق پا را از خود بروز دهد که پزشک برای رد این قضیه از آزمایش‌های یادشده استفاده می‌کند.

درمان سلولیت

برای درمان سلولیت معمولاً پزشک برای فرد آنتی‌بیوتیک خوراکی تجویز می‌کند. احتمالاً پزشک به فرد توصیه کند به مدت ۱۴ روز این داروها را مصرف کند. معمولاً علائم سلولیت بعد از چند روز ناپدید می‌شوند. اگر علائم بدتر شدند و یا فرد با تب شدید مواجه شود ممکن است نیاز باشد که به بیمارستان رفته و بستری شود و در آنجا آنتی‌بیوتیک‌های تزریقی دریافت کند.

جراحی لیپوساکشن

امروزه روش‌های زیادی جهت کاهش حجم چربی‌های موضعی مانند لیزر لیپولیز، مزوتراپی، کایتیشن، کرایولیپولیز، RF و... وجود دارد که با این روش‌ها و طی جلسات متعدد فرد می‌تواند به صورت محدودی تغییر سایز دهد. ولی به نظر می‌رسد که هنوز هم لیپوساکشن به تنهایی یا در ترکیب با روش‌های دیگر، موثرترین گزینه برای رفع چاقی موضعی باشد.

جراحی لیپوساکشن به عنوان روشی جهت رفع چربی‌های موضعی به کار می‌رود. هر ساله ده‌ها هزار مورد جراحی لیپوساکشن در سرتاسر دنیا انجام می‌شود. روش‌های انجام آن و لوازم و دستگاه‌های به کار گرفته‌شده در عمل لیپوساکشن در طی سال‌ها پیشرفت زیادی کرده است. به نظر می‌رسد در حال حاضر لیزر لیپولیز آخرین پیشرفت در این حوزه باشد ولی همیشه اصل اساسی در مورد لیپوساکشن که مورد قبول همه جراحان است این است که «لیپوساکشن روشی جهت کاهش وزن نیست».

لیپوساکشن با استفاده از مکش چربی‌ها را از بدن خارج می‌سازد. در هنگام لیپوساکشن لوله‌های نازک و کوچک با سر پهن (کانولا) از طریق برش‌های کوچک وارد بدن می‌شوند و پزشک لوله را زیر پوست حرکت می‌دهد تا به منطقه‌ای برسد که چربی در آن جا جمع شده است سپس از طریق این لوله چربی از بدن خارج می‌شود.

بهترین کاندید برای لیپوساکشن افراد با وزن تقریباً نرمال با پوستی سالم و انعطاف پذیر هستند که مناطقی از بدن آن‌ها چربی اضافی دارد. سن فاکتور مهمی نیست اما اصولاً هر چه سن بالاتر باشد، انعطاف‌پذیری پوست کمتر می‌شود. لیپوساکشن جایگزین ورزش و رژیم غذایی مناسب نیست.

مهم‌ترین هدف لیپوساکشن شکل‌دهی به یک یا چند منطقه از بدن است نه کاهش وزن. لیپوساکشن معمولاً روی مناطقی انجام می‌شود که به رژیم و ورزش پاسخ نمی‌دهد. این مناطق اغلب در بیرون ران‌ها و باسن در زنان، و کمر و پشت در مردان است. در عمل لیپوساکشن مناطقی که به صورت معمول تحت عمل قرار می‌گیرد شامل صورت، گردن، کمر، پشت، باسن، پاها، بالای بازو است.

لیپوساکشن گاهی با سایر جراحی‌های زیبایی مانند برداشتن شکم (ابدومینوپلاستی)، کوچک کردن سینه، یا با کشیدن صورت همراه می‌شود. لیپوساکشن همچنین جهت درمان بیماری‌هایی خاص مورد استفاده قرار می‌گیرد:

- تومور خوش‌خیم چربی، - بزرگی غیر طبیعی سینه در مردان، - مشکل در متابولیسم چربی در بدن، تعرق بیش از حد در زیر بغل (تعریق زیر بغل). لیپوساکشن جهت درمان چاقی مورد استفاده قرار نمی‌گیرد و سلولیت یا ترک روی پوست نیز با آن بر طرف نمی‌شود.

مکان‌های ساکشن در بدن

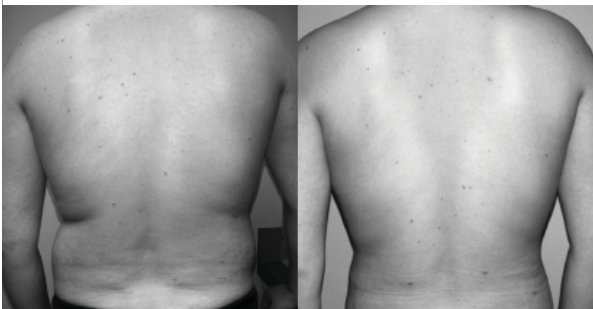
گردن و غبغب، بازو، سینه، شکم و پهلوها و پویس (ناحیه بالای قسمت تناسلی)، پشت و کمر، باسن، ران‌ها، زانو‌ها، ساق و برجستگی‌های پشتی و جلویی ناحیه زیر بغل

نوع بیهوشی جراحی لیپوساکشن

انواع مختلفی از روش‌های بیهوشی در لیپوساکشن به کار می‌رود. اگر قرار است که لیپوساکشن به صورت محدود و با حجم کم انجام شود، بی‌حسی موضعی کفایت می‌کند، اما در صورت تمایل بیمار، به صورت همزمان از داروهای آرام‌بخش و خواب‌آور نیز استفاده می‌شود. در برخی موارد خصوصاً با حجم‌های بالای لیپوساکشن، بیهوشی عمومی کاربرد دارد.

اتفاقات پس از عمل

پس از عمل منطقه تحت عمل را محکم بانداز می‌کنند تا از بروز تورم، کبودی و درد جلوگیری شود. برحسب منطقه‌ای از بدن که تحت درمان قرار گرفته است از باند و چسب، لوله‌های محافظ (مانند لوله‌هایی که جهت درمان رگ واریس مورد استفاده قرار می‌گیرد) کمر بند و دیگر لباس‌های محکم استفاده می‌شود. ممکن است بیمار مجبور شود مدت



سه الی چهار هفته از لباس‌ها و بانداژ محکم استفاده کند در ظرف مدت ۷ الی ۱۰ روز اول پس از عمل نیز کیبودی و تورم رخ می‌دهد و چندروز از محل برش‌ها مایعات خارج می‌شود. جهت کاهش بروز عفونت ممکن است آنتی بیوتیک تجویز شود. بسیاری از افراد پس از عمل لیپوساکشن و رفع اثر بیهوشی قادر هستند بلند شده و حرکت کنند. به محض اینکه بیمار بهتر شد می‌تواند فعالیت روزمره خود را آغاز کند. گرچه این امر از چند روز تا چند هفته به طول می‌انجامد. بسیاری از افراد ظرف چند روز فعالیت‌های خود را از سر می‌گیرند. البته اگر منطقه وسیع‌تری تحت درمان قرار گرفته باشد دوره درمان بیشتر خواهد بود.

نحوه انجام جراحی لیپوساکشن

از طریق برش‌های کوچک ۴-۳ میلی‌متری وبا استفاده از لوله‌های فلزی باریک و دستگاه مکنده چربی‌های عمقی برداشته می‌شوند. محل برش‌ها طوری انتخاب می‌شود که اسکار آن مشخص نباشد. یکی از روش‌های جدید در لیپوساکشن، استفاده از اولتراسوند (امواج صوتی) است. به دلیل وجود عوارض بیشتر استفاده از آن محدود به مناطقی از بدن است که حاوی چربی متراکم بوده و با روش معمول قابل کشیدن نیستند. زمان مورد نیاز جهت لیپوساکشن بسیار متغیر بوده و بسته به تعداد نواحی و میزان چربی که باید ساکشن شود می‌تواند از یک تا چهار ساعت باشد.



خطرات لیپوساکشن

بعضی از خطرات عمل لیپوساکشن شامل موارد زیر هستند: طرح خارجی ناصاف، چین‌خوردگی یا پوست شل، آسیب پوست یا عصب، رنگ غیر طبیعی، عفونت، لخته‌های چربی، لخته‌های خونی، از دست دادن بیش از حد مایع یا تجمع بیش از حد مایع، جوشگاه نامطلوب، سوختگی حرارتی ناشی از اولتراسوند، خطرات بی‌هوشی، خونریزی (هماتوم)، تغییرات حس پوست - تغییر رنگ یا تورم، عدم قرینگی، درد که ممکن است طولانی مدت باشد، آسیب به عناصر عمقی‌تر از قبیل: اعصاب، عروق خونی، عضلات، ریه‌ها، و احشاء شکمی، اشکال در ترمیم زخم، تورم طولانی مدت پاهای، ترومبوز (لخته) ورید عمقی، عوارض قلبی و ریوی و نیز احتمال نیاز به جراحی مجدد. لیپوساکشن فقط باید توسط پزشکی که در زمینه لیپوساکشن، عمل

جراحی پوست، عوارض حین عمل و نحوه برخورد با آن دوره دیده است، انجام شود. اگر لیپوساکشن همراه با سایر عمل‌های جراحی زیبایی صورت نگیرد خطر بروز عوارض کمتر می‌شود. اگر فردی تصمیم دارد وزن خود را کاهش دهد لیپوساکشن جایگزین ورزش و رژیم غذایی مناسب نیست. در واقع بسیاری از جراحان زیبایی بر این باور هستند بهترین کاندیدای عمل لیپوساکشن افراد سالمی هستند که وزن نسبتاً مناسبی دارند اما چربی‌های بدن آن‌ها سفت است و به ورزش پاسخ نمی‌دهد.

لیپوساکشن مکانیکی یا تورکسی

در این روش ابتدا محل مورد نظر با ترکیبی از سرم نمکی و داروی بی‌حسی و نیز منقبض‌کننده عروق، متورم و بی‌حس می‌شود تا رگ‌های آن منقبض و باریک شوند. این کار به منظور کاهش صدمات در حین جراحی انجام می‌شود. سرم نمکی نیز موجب متورم شدن سلول‌های چربی و آزاد شدن چربی درون آن‌ها می‌شود. این چربی‌ها توسط لوله‌های باریک تراشیده شده و همزمان به داخل دستگاه ساکشن انتقال پیدا می‌کند. حفظ تعادل مایعات بدن یکی از نکات مهم در زمان پیکرتراشی به وسیله لیپوساکشن است. زمانی که حجم لیپوساکشن افزایش پیدا کند، امکان برهم خوردن تعادل مایعات بدن نیز بیشتر می‌شود. این شیوه پیکرتراشی به واسطه بی‌حسی موضعی صورت می‌گیرد و در نواحی کوچک از جمله غبغب و یا سینه آقایان که به بیهوشی نیاز ندارند، قابل استفاده است. بعد از اتمام کار، مکانی که در آن عمل صورت گرفته، بین ۱۲ تا ۲۴ ساعت بی‌حس می‌ماند و به مُسکن نیاز ندارد. اگر بیمار بیهوش نشود و در عین حال میزان ۵ لیتر چربی ساکشن شود، ممکن است دچار آمبولی شود. یکی از معایب این روش امکان شل و آویزان شدن پوست و تورم محل جراحی است. کاهش سایز بدن تا یکسال پس از جراحی ادامه دارد. در این مدت پوشیدن گن‌های مخصوص الزامی است.

روش لیپولیز

روش‌های مختلف لیپوساکشن، لیپولیز و کاهش چربی‌های موضعی هرگز به منظور درمان چاقی کاربرد ندارند و اشخاصی که دارای وزن طبیعی هستند، برای به دست آوردن فرم بهتر بدن می‌توانند با این روش‌ها مورد درمان قرار گیرند.

برای ایجاد فرم بهتر بدن روش‌های مختلفی وجود دارد که بهترین آن‌ها کاهش وزن از طریق تنظیم رژیم غذایی و ورزش است. روش‌های دیگری نیز وجود دارند که می‌توانند در مواردی به صورت جایگزین کاربرد داشته باشند از آن جمله می‌توان به لیپوساکشن اشاره کرد. به علت عوارض و مشکلات این روش تلاش می‌شود با استفاده از روش‌های مختلفی این عوارض را کاهش داد که از جمله می‌توان به استفاده از امواج اولتراسونیک و لیزر اشاره کرد. در مجموع عوارض و منافع هر یک هنوز مورد بحث است و اتفاق نظر واحدی به صورت قاطع بر اولویت هر کدام بر دیگری وجود ندارد. متأسفانه منافع تجاری شرکت‌های ابداع‌کننده این تجهیزات نیز باعث شده تا بر این ابهامات افزوده است.

روش انجام لیزر لیپولیز



در لیزر لیپولیز به این علت که برای نرم کردن چربی از لیزر استفاده می‌شود، برای خارج کردن چربی به سایز کوچک‌تری از لوله (کانول) نیاز است. ادعا می‌شود میزان تورم و کبودی نسبت به روش معمولی لیپوساکشن کمتر است. در حقیقت روش برداشتن چربی از بدن در تمام این روش‌ها تفاوت کمی دارد و با ایجاد مکش و خلاء به وسیله لوله‌های مخصوص، چربی بدن که در نقاط خاصی انباشته شده است، کشیده می‌شود. لیزر لیپولیز بسیار ظریف است و با دستکاری بسیار کمتر، درد و تورم اندکی نسبت به لیپوساکشن ایجاد می‌کند. در این روش قبل از اینکه لوله به دستگاه مکنده (ساکشن) متصل شود، با الیاف شیشه‌ای ظریف مخصوص، اشعه لیزر کم‌توان به بافت چربی تابانده می‌شود تا اینکه مولکول‌های چربی راحت‌تر از هم جدا شوند و سپس با اتصال لوله با فشار منفی چربی‌های آن ناحیه را می‌کشند. ادعا می‌شود که در این روش دوره نقاهت کمتر است و پوست آن ناحیه بهتر جمع می‌شود. همچنین می‌توان این شیوه را همانند لیپوساکشن معمولی با بی‌حسی موضعی انجام داد. این روش بیشتر در مواقعی استفاده می‌شود که نقاط کوچک و محدودی مثل ناحیه مچ پا، زیر گردن، اطراف زانو و آرنج دارای چربی اضافه هستند. همچنین می‌توان نواحی کوچکی از شکم یا پهلو و پا را نیز با کمک این روش ساکشن کرد.

مزایای لیزر لیپولیز

به‌علت ظرافت کار با لیزر نتایج زیبایی بسیار ایده‌آل است و آثار ناهمواری برخلاف لیپوساکشن‌های معمولی وجود ندارد. تابش لیزر در زیر پوست باعث تحریک و ساخته شدن کلاژن و سفت شدن همزمان پوست می‌شود. تاباندن لیزر در لایه سطحی باعث رفع سلولیت می‌شود. از نظر میزان و مقدار حذف چربی‌ها در افرادی که مناسب باشند، هیچ فرقی با لیپوساکشن ندارد، ولی نتایج کیفی و زیبایی بسیار بهتر است.

عوارض لیزر لیپولیز

این روش می‌تواند عوارضی مانند عفونت، تورم و سوختگی پوست ایجاد کند به همین دلیل متخصصان روش معمولی لیپوساکشن را اغلب ترجیح می‌دهند. لیزر لیپولیز باید در جای بسیار محدودی از بدن انجام شود و استفاده گسترده از آن به‌خصوص با روش‌هایی که در ایران انجام می‌شود به هیچ‌وجه درست نیست. در لیزر لیپولیز واقعی با تاباندن لیزر

کم‌توان در عمق بافت چربی، جدار سلول‌های چربی تخریب می‌شوند این کار در حجم‌های بیش از ۵۰۰ سی‌سی می‌تواند باعث مسمومیت کبدی و عوارض مرگ‌آور دیگری شود. ضمن اینکه در استفاده از لیزر در کنار ساکشن، باید بسیار دقت کرد زیرا تابش کم‌توان لیزر تأثیر آبی ندارد و تابش پرتوان آن نیز باعث سوختن بافت‌های زیرپوستی مانند اعصاب یا حتی لایه زیرین پوست می‌شود و عوارض ظاهری و مشکل‌های مزمن مانند درد مزمن را در پی خواهد داشت. همان‌طور که مدتی تب استفاده از اولتراسوند در لیپوساکشن بالا رفته بود و پس از مشخص شدن عوارض متعدد و نتایج منفی کم‌کم به فراموشی سپرده شد، هنوز دلایل تثبیت‌شده علمی و آکادمیک جهانی از روش لیپولیز لیزری نیز به‌عنوان روش ارجح لیپوساکشن حمایت نمی‌کند. باید تأکید شود که روش‌های مختلف لیپوساکشن و کاهش چربی‌های موضعی هرگز به‌منظور درمان چاقی کاربرد ندارد و اشخاصی که دارای وزن طبیعی هستند برای به‌دست آوردن فرم بهتر بدن می‌توانند با این روش‌ها مورد درمان قرار گیرند.

کرایو لیپولیز و روش انجام

کرایولیپولیز نیز روش جدیدی است که هنوز درباره فواید و مضرات آن باید تحقیقات زیادی انجام شود. متأسفانه بدون آنکه بررسی کاملی از نتیجه نهایی این روش در مراکز علمی صورت گرفته باشد، در بعد تجاری، تبلیغات گمراه‌کننده‌ای انجام می‌شود و افرادی را جذب خود می‌کند. این افراد نه تنها نتیجه نمی‌گیرند بلکه دچار عوارضی بسیار بیشتر از مشکل اولیه خود می‌شوند. کرایو لیپولیز با سرد کردن داخلی بافت چربی، کاری می‌کند تا سلول‌های چربی منهدم شوند و مرگ سلولی اتفاق بیفتد، در نتیجه چربی جذب بدن می‌شود.

اول رژیم غذایی، بعد لیزر

وقتی دریافت انرژی از میزان انرژی مصرفی در بدن بیشتر باشد، مازاد آن به شکل چربی در بدن تجمع پیدا می‌کند. تجمع مقداری چربی زیر پوست باعث زیبایی آن می‌شود، اما اگر چربی از حد طبیعی بیشتر شود، دور اندام‌های حیاتی جمع می‌شود و باعث پیری زودرس ارگان‌های داخلی و زمینه‌ساز سکت‌های قلبی و مغزی خواهد شد. چربی‌ها در برخی نقاط بدن بیشتر تجمع پیدا می‌کنند که از آن جمله می‌توان به باسن، پهلوها، شکم، بازوها و غنغب اشاره کرد. در صورتی که چاقی طولانی شود، چربی در صورت هم تجمع می‌یابد. به‌دنبال رژیم لاغری شاید چربی بدن کاهش یابد، اما غلاف روی آن (یعنی پوست) که کش آمد و بزرگ شده، با لاغر شدن کوچک نمی‌شود. پس دلیل افتادگی پوست، تغییر مکرر وزن (لاغر و چاق شدن) و کاهش و افزایش چربی است. در گذشته افراد چاق به پزشک مراجعه می‌کردند و بدون آنکه زحمتی به خود بدهند، روی تخت دراز می‌کشند تا لیپوساکشن شوند. پزشک نیز با دستگاه، چربی را خرد می‌کرد و بیرون می‌کشید، اما این احتمال وجود داشت که با سوراخ شدن رگ مقداری از چربی وارد خون شده و باعث آمبولی، سکت مغزی و قلبی شود. بنابراین به‌دلیل ریسک بالا، امروزه پزشکان و بیماران میلی به انجام آن ندارند. برای درمان پایدار چربی‌های اضافی بدن، باید ورودی انرژی را کاهش

داد و با رژیم غذایی مناسب و فعالیت‌های ورزشی، چربی اضافه را سوزاند. بعد از شش ماه تا یک سال، ضمن آنکه فرد شیوه زندگی خود را اصلاح کرد، می‌توان با نظر پزشک مازاد چربی‌هایی که با ورزش و رژیم از بین نمی‌رود (مانند چربی دو طرف باسن یا پهلوها یا غبغب) را از طریق لیزردرمانی (رادیو فرکانسی یا لیپولیز) از بین برد. البته گاهی هم نیاز است تا از هر دو روش استفاده کرد.

دستگاه بادی جت



دستگاه بادی جت (Body-jet)، ساخت شرکت Human med آلمان است که در آن از آب برای خارج کردن چربی از بدن استفاده می‌شود. این دستگاه با تکنولوژی مدرن تری نسبت به انواع لیپوساکشن عمل می‌کند. این روش یک عمل سرپایی کوچک است که بدون نیاز به بیهوشی و از طریق بی‌حسی موضعی در کلینیک‌ها انجام می‌شود. در این تکنیک با استفاده از پاشیدن آب با قدرت بالا در بین چربی‌های زیر پوست به شکل کنترل شده و ایمن، چربی‌های زیر پوست تکه تکه و جدا می‌شوند و همزمان به داخل دستگاه مکیده می‌شود. پیکرتراشی با بادی جت یک پروسه کم‌تهاجمی است که با استفاده از قدرت آب به چربی‌زدایی از نواحی موردنظر می‌پردازد. افرادی که در برابر رژیم‌های غذایی و ورزش کم می‌آورند، می‌توانند برای خلاص شدن از شر چربی‌های اضافی از پیکرتراشی با بادی جت استفاده کنند. این پروسه باعث کبودی و تورم نمی‌شود و در مقایسه با روش‌های سنتی، دوره نقاهت ندارد.



چربی که توسط فشار آب خرد شده بافت سالمی دارد و می‌توان از آن برای تزریق به نواحی دیگر بدن استفاده کرد، به‌طورمثال می‌توان از این چربی برای رفع چین‌وچروک صورت استفاده کرد. بافت چربی خارج شده از بدن توسط سایر دستگاه‌های لیپوساکشن مرده هستند و نمی‌توان از آن‌ها استفاده مفیدی کرد. اما در عمل بادی جت سلول‌های چربی که فشار ملایم آب جدا می‌شوند، صدمه کمتری دیده و حدود ۸۵-۹۰ درصد بافت سلول‌ها سالم می‌ماند. از آن‌جا که این چربی‌ها حاوی سلول‌های بنیادی نیز هستند پس از تزریق در قسمت‌های مختلف بدن می‌تواند به‌خوبی به سایر بافت‌ها پیوند داده شوند و موجب پایداری و ماندگاری طولانی‌تری باشند.

این چربی در افراد مسن کارایی بیشتر دارد زیرا به‌مرور زمان پوست بدن خاصیت کلاژن‌سازی خودش را از دست می‌دهد و چربی زیر پوست کاهش پیدا می‌کند. این چربی می‌تواند جایگزین مناسبی برای چربی‌های از بین رفته بدن باشد. معمولاً در افراد جوان‌تر این چربی می‌تواند در بافت سینه آن‌ها کارایی مطلوبی داشته باشد و برای بزرگ کردن سینه مناسب است.

در لاغری با بادی جت، بافت نامناسب چربی‌های زیر پوست که بعضاً در مقابل رژیم غذایی و فعالیت‌های بدنی مقاوم به‌نظر می‌آیند به‌صورت کاملاً حرفه‌ای و راحت و بدون آسیب به‌نحوی از بدن خارج می‌شوند که کارایی‌های فراوانی برای فرد داشته باشد. بعد از انجام این عمل کبودی و تورم بافت بسیار کمتر از روش‌های دیگر است. با استفاده از بادی جت می‌توان حتی سینه مردانی که مشکل بزرگی سینه و تجمع بافت چربی در سینه دارند را تا حدودی برطرف کرد.

مزایای بادی جت

- ظاهری طبیعی بعد از بادی جت
- ماده پرکننده بدن به‌صورت طبیعی همان چربی است.
- کاهش عوارض و اثرات جانبی بادی جت نسبت به سایر روش‌ها
- ماندگاری بیشتر بادی جت نسبت به سایر روش‌ها.
- بادی جت عوارض بسیار کمتری نسبت به سایر روش‌ها دارد.
- دوران نقاهت بسیار کم است.
- در این روش چربی به‌شکل زنده خارج می‌شود و می‌توان این چربی‌ها را به نواحی دیگری تزریق کرد.

نحوه انجام پیکرتراشی با بادی جت

این روش درمانی جدید برخلاف لیپوساکشن سنتی، درد و ناراحتی ندارد و نتایج بلندمدت‌تری عرضه می‌کند. پیکرتراشی با بادی جت به‌کمک قدرت جریان آب، سلول‌های چربی را خرد و از بدن خارج می‌کند. با استفاده از فناوری بادی جت، چربی‌ها با نیروی بسیار کمتری در مقایسه با لیپوساکشن سنتی بیرون کشیده می‌شوند. قدرت آب باعث جدا شدن سلول‌های چربی از بافت‌های زیرین شده و به کانونی‌مکنده اجازه می‌دهد که سلول‌های خرد شده را آزادانه بیرون بکشد. در این روش، احتمال آسیب دیدن بافت‌های اطراف، پوست، عضلات، عصب‌ها و عروق خونی به حداقل می‌رسد. از آن‌جا که پیکرتراشی با بادی جت یک عمل ملایم و کم‌تهاجمی است، معمولاً بی‌حسی موضعی انجام می‌شود. این عمل به‌طور متوسط بین ۴۵ تا ۶۰ دقیقه به‌طول می‌انجامد. بیمارانی که تحت عمل پیکرتراشی با بادی جت قرار می‌گیرند، بلافاصله پس از عمل فعالیت‌های عادی خود را از سر می‌گیرند.

حجم دادن و بزرگ کردن سینه‌ها

با استفاده از دستگاه بادی جت بدون نیاز به پروتز و با استفاده از چربی به‌دست آمده از بدن خود فرد می‌توان حجم سینه‌ها را افزایش داد. این تکنیک روشی طبیعی و مناسب، خصوصاً برای زنانی است که می‌خواهند

سینه‌هایی با ظاهری طبیعی با ماندگاری بالا داشته باشد. بدون آن که نیازی به وارد کردن ماده خارجی به درون بدنشان باشد.

جوان‌سازی دست و صورت (Face and hand rejuvenation)

بافت چربی زیر پوست صورت و دست‌ها به آن‌ها ظاهری جوان می‌دهد. با بالا رفتن سن، پوست الاستیسیته و استحکام خود را از دست می‌دهد، روند تولید کلاژن کند شده و چربی طبیعی زیر پوست کاهش پیدا می‌کند. در افرادی که پا به سن می‌گذارند چربی کاهش پیدا می‌کند. اضافه کردن چربی مکیده شده توسط دستگاه بادی جت، موجب جوان‌سازی دوباره پوست و همچنین کاهش چین و چروک در این افراد می‌شود. در نتیجه با کمک این تکنیک، چهره فرد و پشت دست‌ها جوان‌تر به نظر خواهند رسید.

حتی افرادی که از لحاظ فیزیکی ظاهر و وزن مناسبی دارند نیز می‌توانند گاهی مشکلاتی با رسوبات چربی کوچک اما سرسخت داشته باشند. این رسوبات در برابر رژیم غذایی یا ورزش، مقاوم‌اند. بادی جت می‌تواند به رفع تجمع چربی‌های مقاوم به رژیم غذایی و ورزش، کمک کند. با به‌کارگیری بادی جت و با نیروی بسیار دقیق تکنولوژی water-jet، بافت نامطلوب چربی با روش‌های معمولی و طبیعی به‌آرامی از بافت زیر پوست بیرون آورده شده و به‌صورت دائمی حذف می‌شود.

لیپوماتیک (Lipomatic)



امروزه روش مدرنی چون لیپوماتیک شکم به‌عنوان سریع‌ترین راه حل برای رسیدن به لاغری از محبوبیت بالایی برخوردار است. پیکرتراشی اگر توسط پزشک متخصص و در کلینیک مجهزی صورت گیرد اثر بخشی چشم‌گیری خواهد داشت که با تضمین و امنیت بالایی انجام می‌شود. لاغری مدرن با لیپوماتیک شکم توسط دستگاهی انجام می‌شود که چربی‌های شکم و پهلو را استخراج می‌کند. در این عمل پیوند بین بافت‌های چربی شکسته می‌شود و با عمل ساکشن از بدن کشیده می‌شود. لوله کانولا به علاوه حرکت رفت و برگشتی، حرکت دورانی و لرزشی نیز دارد.

روش لیپوماتیک جدیدترین روش تخلیه چربی از بدن با نتیجه‌ای کاملاً متفاوت و باورنکردنی در مقایسه با سایر روش‌های تخلیه چربی مثل

ساکشن و یا لیپولیزر است. محققان همیشه در جهت اصلاح مشکلات روش‌های قبلی مانند لیزرلیپولیز و لیپوساکشن، به فکر ابداع و تولید دستگاهی بوده‌اند که علاوه بر راحت‌تر بودن، بی‌خطرتر و کم‌عارضه‌تر هم باشد. لیپوماتیک روشی کاملاً سرپایی و بدون نیاز به بیهوشی است و حجم زیادی از چربی تنها در یک جلسه تخلیه می‌شود. این روش بدون کمترین ورم، کبودی، درد و بدون خطر ایجاد آمبولی است. این روش نه تنها باعث افتادگی بیشتر پوست نمی‌شود بلکه به سفت‌تر شدن آن نیز کمک می‌کند. نکته مهم و جالب این است که کاهش سایز تا مدت‌ها بعد از عمل ادامه دارد و باعث رفع سلولیت نیز می‌شود.

به دلیل عدم استفاده از لیزر و عدم ایجاد حرارت در بافت چربی امکان فیبروز در بافت زیر پوست بسیار کم است و به این علت انتخاب دستگاه لیپوماتیک برای شکم خانم‌هایی که تاکنون زایمان نداشته‌اند مناسب‌تر است. همچنین این روش برای افرادی که قبلاً ساکشن و یا لیپولیزر شده‌اند و بافت چربی سفت و فیبروز شده است مناسب‌تر از سایر روش‌های قبلی است. این دستگاه که توسط سازمان غذا و دارو آمریکا (FDA) نیز تأیید شده است، سیستمی قابل اعتماد و اثبات شده است که با روشی بی‌خطر و مؤثر و دقیق، این امکان را می‌دهد که حجمی از چربی‌های موضعی برداشته شود.

روش انجام لیپوماتیک



در روش Lipomatic، سلول‌های چربی، ابتدا با روشی کاملاً فیزیکی و نه اشعه یا حرارت تخریب شده (توسط حرکات لرزشی کانولا به صورت امولسیون در می‌آیند) و سپس این چربی امولسفی به‌آرامی برای پیکربندی بدن توسط خود دستگاه از بدن خارج می‌شود. Lipomatic مشکل ایمنی را که در روش سنتی لیپوساکشن وجود داشت، رفع کرده است و سیستم امنیتی فعال آن محافظت از بافت بدن (اعصاب، رگ‌های خونی، ماهیچه‌ها) را برعهده دارد. در این روش هدف، معمولاً کم کردن وزن نیست بلکه تغییر سایز، حجم و فرم است. این عمل بسیار راحت و بدون عارضه و نتیجه آن بسیار رضایت‌بخش است

مزایای لیپوماتیک نسبت به سایر روش‌ها

برای رسیدن به اندامی مناسب و سایزی دلخواه، بهترین روش تغذیه سالم



- فقط در مناطق بزرگ قابل استفاده است و در مناطق ظریف مثل غبغب قابل استفاده نیست.

- خونریزی شدیدی به همراه دارد. هیچ مکانیسمی به جز اپی نفرین برای جلوگیری از خونریزی وجود ندارد.

- به دلیل ضربات شدید باعث کوفتگی های شدیدی در بیمار می شود.

- محل های ورود پروب به دلیل قرارگرفتن ویریشن و ساکشن بر روی یک پروب بسیار بزرگ است و جای زخم بدی به جای می گذارد.

- محدودیت استفاده در مکان های مختلف را دارد و فقط در ۳ منطقه شکم، ران و بازو قابل استفاده است. در مناطق دیگر نباید استفاده شود.

- هیچ مکانیسمی برای تحریک فیبروبلاست ها و کلاژن سازی ندارد بنابراین پوست بیمار بعد از جراحی دچار افتادگی می شود که باعث ایجاد نارضایتی در بیمار می شود. متأسفانه با تبلیغات غلط چنین القا می شود که حرکت سه بعدی کانولای لیپوماتیک باعث تحریک کلاژن سازی می شود درحالی که این مساله به هیچ وجه ریشه علمی ندارد.

توصیه های لازم بعد از جراحی با لیپوماتیک

- به دلیل عدم تحریک کلاژن ها و شلی پوست بعد از جراحی با لیپوماتیک، حداقل باید تا ۹ هفته گن پوشیده شود. البته بهترین زمان توصیه شده برای پوشیدن گن ۶ ماه است.

- به دلیل اینکه کبودی، خونریزی و کوفتگی با لیپوماتیک زیاد است و این کبودی حداقل تا ۲ هفته طول می کشد باید به بیمار اطلاع داده شود تا دچار استرس نشود.

- به دلیل خونریزی شدید بیمار و احتمال افت شدید فشار خون، حتماً باید از قبل ست احیا و کیسه های خون مطابق با گروه خونی بیمار مهیا باشد.

- به دلیل آسیب احتمالی به تخمدان ها ناشی از ضربات شدید ویریشن و هم چنین خونریزی شدید ناشی از استفاده از لیپوماتیک، جلو و عقب افتادن عادات ماهیانه امری شایع است. پس حتماً بیمار باید از نامنظمی عادات ماهیانه بعد از عمل آگاه شود.

پیکر تراشی هوشمند با اسمارت لایپو MPX



و ورزش روزانه است. اما برخی افراد می خواهند سریع تر به این نتیجه برسند بنابراین روش لیپوماتیک شکم را انتخاب می کنند. چربی اضافه ای که در ناحیه شکم انباشته می شود علاوه بر تاثیر منفی بر ظاهر، عوارض خطرناکی را به دنبال دارد. افرادی بیش از حدی چاقی هستند باید قبل از استفاده از روش لیپوماتیک مقداری از وزن خود را کم کنند. لیپوماتیک شکم بافت یکنواختی را در زیر پوست ایجاد می کند. از مزایای این روش می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- یکنواختی لایه چربی زیر پوست در لیپوماتیک عالی است و هیچ گونه بقایای مانده از چربی که در روش های دیگر ساکشن به صورت گلوله ماند در زیر پوست لمس می شود در این روش وجود ندارد.

- در این روش بیمار تنها دوهفته از گن استفاده می کند که در مقایسه با ساکشن سنتی (۶ ماه) و لیزر لیپولیز (۴-۲ ماه) بسیار کوتاه تر است. در عین حال بستن گن برای مدت طولانی تر (۳۰ تا ۴۰ روز) برای بهتر جمع شدن پوست توصیه می شود.

- جمع شدن پوست در این روش نسبت به روش های دیگر ساکشن به دلیل صدمه کمتر به ترابکولاهای پوستی به مراتب بهتر است.

- در این روش، بی حسی موضعی کافی است و بیمار درد ندارد. درحالی که در روش های دیگر، چنانچه ساکشن با بی حسی موضعی انجام شود معمولاً بیمار احساس ناراحتی و درد دارد و معمولاً نیاز به داروهای آرام کننده و خواب آور یا حتی بیهوشی خفیف است.

- تورم و ترشحات پس از عمل در این روش بسیار کمتر است و ترشح از محل ساکشن نهایتاً ۳۶ ساعت طول می کشد درحالی که در روش های دیگر ساکشن این مدت طولانی تر است.

- ریسک عفونت در لیپوماتیک بسیار کم است.

- احتمال آمبولی چربی نسبت به روش های دیگر ساکشن بسیار کم است و تاکنون گزارش نشده است.

- لیپوماتیک نیاز به بستری ندارد و بیمار بلافاصله بعد از عمل می تواند به محل کار مراجعه کند.

- خستگی و کوفتگی پس از عمل نسبت به روش های دیگر ساکشن به مراتب کمتر است.

- گرچه جمع شدن پوست در لیپوماتیک نسبت به روش های دیگر بسیار بهتر صورت می گیرد ولی در مواردی که شلی و افتادگی پوست زیاد باشد نیاز به عمل جراحی خواهد بود. با این حال عمل جراحی پس از لیپوماتیک نسبت به بیمارانی که با لیپوماتیک چربی های آن ها تخلیه نشده است، عملی محدودتر با برش های کوچکتر خواهد بود. در بسیاری از موارد ابدومینوپلاستی که نیاز به درآوردن ناف و تغییر محل ناف است، پس از عمل لیپوماتیک می توان ناف را در جای خود حفظ کرد و افتادگی پوست زیر شکم را با برش محدودتری برطرف کرد.

مشکلات و عوارض لیپوماتیک

- زمان طولانی جراحی که خستگی شدید و اشتباهات جراح را در پی دارد.
- ضربات شدید ویریشن که باعث آسیب به جراح و هم چنین بیمار می شود.
- چون لیپوماتیک با ضربه کار می کند پس خطر آمبولی در این روش مانند لیپوساکشن سنتی بالا است.

نحوه انجام لیفت پلک یا جراحی افتادگی پلک



جراحان پلاستیک، جراحی زیبایی پلک را تنها به علت زیباسازی و جوانسازی پوست انجام می دهند. افتادگی پلک می تواند در هر دو بخش بالایی و زیرین پلک وجود داشته باشد که در برخی افراد به صورت شل شدن پوست پلک و یا به شکل کیسه ای ظاهر می شود. این روند با افزایش سن پیشرفت می کند. در این حالت پوست پلک گشاد می شود و حالت کشسانی خود را از دست می دهد. عضلات پلک ضعیف می شوند و بافت های چربی موجود در زیر لایه های پلک به صورت برجسته تری نمایان می شوند و حالتی پف کرده به پلک می دهند. افتادگی پلک یک عامل وراثتی است و می توان در سنین بالا به وسیله جراحی افتادگی پلک آن را مداوا کرد.

طی عمل جراحی افتادگی پلک برش هایی در شکاف های طبیعی پلک شامل قوس پلک بالایی، زیر مژه ها یا کنار پلک پایین ایجاد می شود. این برش ها معمولاً پس از بهبود کامل به سختی قابل تشخیص هستند. پیش از عمل، پزشک بخش هایی که باید حذف شود (مانند پوست های اضافی و لایه های چربی تشکیل شده) را علامت می زند این بخش ها بنا بر میزان افتادگی، برخی عضلات را نیز در بر می گیرد. این برش ها به وسیله چاقوهای جراحی، دستگاه های برش با فرکانس رادیویی و در برخی موارد به وسیله لیزر انجام می شود. سپس بافت های جدا شده به وسیله چسب های مخصوص پزشکی به آرامی در اطراف ابروها و پلک ها قرار خواهند گرفت. پزشک طی جراحی، باتوجه به میزان پیشرفت و وخامت بافت های از بین رفته زیر پلک، میزان و عمق جراحی را معین می کند.

جوان سازی پوست با استفاده از روش RF



اسمارت لایبو اسکالپچر در حال حاضر مدرن ترین و کم عارضه ترین روش درمان چاقی های موضعی (بازو، شکم، پهلو، ران) است. هرچند در روش های مختلف لیپوساکشن مثل لیپوماتیک هم از واژه پیکرتراشی استفاده می شود اما ظرافت لیپوساکشن در حدی نیست که بتوان از کلمه پیکرتراشی برای آن استفاده کرد. در عین حال روش های معمول لیزرلیپولیز نیز کم دقت تر و کندتر از آن هستند که در زمان مناسب به بافت چربی فرم بدهند. اما به دنبال پیدایش اسمارت لایبو MPX واژه لیپوساکالپچر به شکل متداول در منابع پزشکی مورد استفاده قرار گرفت.

مزایای اسمارت لایبو اسکالپچر نسبت به لیپوساکشن و لیپوماتیک درد کمتر، خونریزی کمتر، کبودی کمتر، قطع سریع ترشحات، جلوگیری از افتادگی پوست، کمک به سفتی پوست، سوراخ ورودی کوچک (۲-۳ میلی متر)، عدم تشدید سلولیت، عدم تشکیل پستی و بلندی سطح پوست، از مزایای این روش در مقایسه با لیپوساکشن و لیپوماتیک هستند.

کاربرد اسمارت لایبو اسکالپچر

درمان چاقی موضعی بازوها، چاقی موضعی پشت، چاقی موضعی شکم و پهلو، چاقی موضعی قسمت خارجی ران ها، چاقی موضعی داخل زانو

جراحی افتادگی پلک

افتادگی پلک از مهم ترین عواملی است که افراد را به سمت بلفاروپلاستی یا همان جراحی افتادگی پلک هدایت می کند. فرد پس از انجام جراحی افتادگی پلک به صورت مشهود تغییر کرده و مشکلاتی که تا قبل از جراحی در نواحی پلک و چشم داشت، مرتفع خواهد شد. بلفاروپلاستی تنها در زمینه زیباسازی و جوانسازی چهره انجام نمی شود بلکه با رفع حالت افتاده پلک در فرد، وسعت دید را افزایش می دهد و موجب تقویت بینایی شخص خواهد شد. به همین منظور است که اغلب پزشکان این جراحی را به افرادی که دچار افتادگی پلک شده اند توصیه می کنند. طی عمل جراحی افتادگی پلک، پوست های اضافی، عضلات ازکارافتاده و بی حس و همچنین چربی های تشکیل شده در بخش های بالایی و زیرین پلک صورت بیمار حذف می شوند. در اغلب موارد نیاز به از بین بردن عضلات و بافت های زیرین پلک نیست اگرچه در برخی شرایط نیاز است که این عمل در دو بخش بالایی و پایینی پلک انجام شود. این جریان به میزان پیشرفت افتادگی پلک در شخص بستگی دارد و بنا بر تشخیص پزشک صورت می گیرد.

باید در نظر داشت که جراحی افتادگی پلک با عمل پتوسیس پلک بسیار متفاوت است. در جراحی پتوز پلک، جراح با بالا کشیدن پلک در مکان مناسب خود نسبت به حاشیه پلک عضلات و تاندون پلک را سفت می کند و موجب باز و بسته شدن پلک می شود. بلفاروپلاستی که امروزه با نام لیفت پلک یا جراحی افتادگی پلک شناخته می شود نیز در برخی موارد می تواند اثراتی همچون عمل پتوز پلک داشته باشد به این شرط که سنگینی پوست افتاده، موجب پایین کشیده شدن پلک نسبت به حاشیه چشم شده باشد.

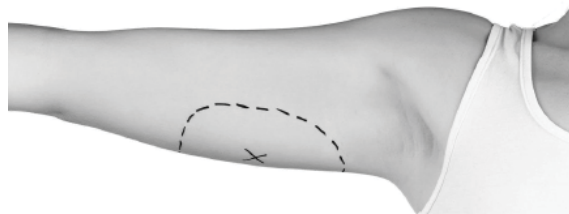
و غبغب به صورت یکنواخت انجام می‌دهد. بهتر است قبل از انجام جوان‌سازی، سن پوستی فرد کاهش یابد، سپس می‌توان در صورت لزوم در مناطق مورد نیاز، بوتاکس و ژل تزریق کرد.

طرز کار RF

در این روش بدون صدمه‌زدن به لایه‌های سطحی پوست، به وسیله امواج رادیو، به لایه داخلی پوست یا همان Derm گرمای کنترل شده داده می‌شود که این حرارت باعث:

- تحریک آن دسته از بافت‌های کلاژن ساز پوست می‌شود که در اثر روند پیری فعالیتشان کند شده است.
- گردش خون در ناحیه افزایش پیدا می‌کند و در ناژ لنفاوی تحرک ایجاد می‌کند، چربی‌ها دفع می‌شود و توکسین‌ها افزایش پیدا می‌کنند.
- سلول‌های چربی به وسیله حرارت مناسب تحلیل می‌روند و چربی‌های موضعی دچار انحلال می‌شوند.
- تحقیقات جدیدی که در حال حاضر در مرکز تحقیقات بیماری‌های پوستی و سالک در حال اجراست، تلفیق دو روش تزریق سلول‌های فیبروبلاست و رادیو فرکانس است که می‌تواند اثرات درمانی را دوچندان کند و رویای جوانی را به واقعیت نزدیک کند.

جراحی زیبایی بازو یا براکیوپلاستی



بیمارانی که جهت اصلاح وضعیت بازوهای خود مراجعه می‌کنند معمولاً از دو موضوع شکایت دارند. اول آن‌که پوست و چربی اضافی بازویشان آویزان و بدفرم است و دیگر این‌که بازوهایشان بسیار بزرگ است. بزرگی بازوها در ورزشکاران به دلیل حجم زیاد عضلات است، اما بازوها شل نیستند درحالی‌که بیماران اکثراً بازوهای بزرگ، شل و افتاده دارند. عمل جراحی براکیوپلاستی با حذف پوست و چربی اضافی شکل و فرم زیبایی به بازوها داده و بازوها را متناسب با سایر قسمت‌های بدن می‌کند. در کنار براکیوپلاستی، استفاده از چندین روش دیگر به‌طور همزمان نتایج مطلوبی به دنبال دارد:

- لیپولیز: در این روش، با لیز کردن بافت‌های چربی در واقع سلول‌های چربی را خرد کرده و جهت خارج کردن توسط کانول لیپوساکشن آماده می‌کنند. لیپولیز همچنین به جمع شدن پوست محل عمل کمک قابل توجهی می‌کند.
- لیپوساکشن: خارج کردن چربی‌های اضافی بازو از دو نقطه در هر بازو به وسیله کانول‌های اختصاصی لیپوساکشن انجام می‌شود. این عمل متناسب با وزن اولیه بیمار، استخوان‌بندی او و با در نظر گرفتن شرایط بعد از عمل صورت می‌پذیرد. در واقع روند جراحی متناسب برای هر بیمار و به‌طور خاص برای شرایط فیزیکی او طراحی و انجام می‌شود.
- حذف پوست اضافه بازو که این کار به دو طریق انجام می‌شود:

یکی از تجهیزاتی که در سال‌های اخیر جهت درمان چین و چروک پوست به‌کار رفته، دستگاه RF است. با افزایش طول عمر، رعایت بهداشت عمومی و فردی، پیشگیری و درمان پیری پوست صورت جهت سلامتی و حتی داشتن حسی بهتر در زندگی مهم است. یکی از نشانه‌های پیری که معمولاً از سن ۶۰ سالگی به بعد کم‌کم در صورت نمایان می‌شود، چین و چروک است که یکی از مهم‌ترین نشانه‌های پیری پوست است. مداخلات درمانی و مراقبت‌های صحیح برای کاهش چین و چروک، موجب می‌شود فرد چهره‌ای جوان‌تر و شاداب‌تر داشته باشد که به این روش جوان‌سازی پوست می‌گویند.

در سال‌های اخیر رادیوفرکانسی (RF) به‌عنوان درمان انتخابی و تأیید شده در برطرف کردن چین و چروک‌های پوست معرفی شده است. مطالعات گسترده، تغییرات الیاف کلاژن پوست و بهبود و ترمیم بافت پوست تحت درمان با RF را تأیید می‌کند. RF از طریق ایجاد حرارت در درم (سطح زیرین پوست) که مسئولیت کلاژن‌سازی پوست را به عهده دارد، سبب رسیدن به نتیجه دلخواه می‌شود. زمانی که حرارت مناسب، لایه‌های درم را تحریک می‌کند این حرارت در اپیدرم (لایه سطحی پوست) پراکنده می‌شود و امکان ترمیم سریع اپیدرم را موجب می‌شود.

روش جوان‌سازی پوست به وسیله RF با اثرگذاری بالا و استفاده از رادیوفرکانس، احتمال آسیب و عوارض جانبی را به حداقل می‌رساند. FDA روش جوان‌سازی از طریق رادیو فرکانس را مورد تأیید قرار داده است.

کاربرد RF

این روش، یک روش درمان ملایم برای بهتر شدن پوست از نظر تعداد و عمق چروک‌ها در مقایسه با روش‌های تهاجمی دیگر است. RF برای درمان چروک‌های خفیف، متوسط، شدید و جلوگیری از بازگشت چروک‌ها پس از جراحی لیفتینگ توصیه می‌شود. معمولاً لیفتینگ ابروها پس از چند جلسه درمان کاملاً قابل مشاهده است و ماندگاری درمان طولانی است. البته امروزه آر اف برای لاغری هم به‌کار می‌رود. مطالعات مختلف نشان داده اشعه رادیوفرکانس از نظر کیفیت و کمیت در بهبود چین و چروک‌های پوستی و حتی لیفتینگ ابروها از طریق تولید الیاف کلاژن جدید تأثیر بسزایی دارد. از آن‌جاکه RF معمولاً اثرات جانبی خاصی ندارد در تمام قسمت‌های پوست بدن قابل استفاده است. برخلاف تصور بسیاری از افراد، چیزی تحت عنوان عوارض RF وجود ندارد.

RF روشی مطمئن، اثربخش و غیرتهاجمی در رفع چین و چروک‌های صورت و گردن، بازگرداندن جوانی و قوام طبیعی پوست و رفع چاقی‌های موضعی بدن است.

در حال حاضر با پیشرفت روزافزون علم پزشکی روش‌های متفاوتی برای درمان پیری و جوان‌سازی معرفی شده است. گرم‌های بهداشتی و زیبایی پروسه پیری را به تعویق می‌اندازد ولی این درمان‌ها بیش‌تر عمل پیش‌گیری را انجام می‌دهند و اثرات درمانی آن‌ها معمولاً سطحی و زود گذر است. لیزر نیز در جوان‌سازی محدودیت‌هایی دارد؛ برای مثال در افراد مختلف با انواع تیپ پوستی جواب‌های متفاوت و غیر قابل پیش‌بینی، مشاهده می‌شود.

روش رادیوفرکانس، جوان‌سازی را در مناطقی مانند صورت، گردن

برداشتن پوست اضافه در ناحیه زیربغل (مینی لیفت بازو)، این عمل در بیمارانی قابل اجراست که افتادگی پوست بازو محدود به یک سوم بالایی بازو است؛ به طوری که با برداشتن پوست قسمت بالای بازو، از سمت زیر بغل بتوان اسکار محل جراحی را در چین زیربغل مخفی کرد. برداشتن پوست اضافه در تمام طول بازو در قسمت داخلی به طوری که هنگامی که بیمار ایستاده است و دست‌ها در کنار بیمار قرار دارد، اسکار دیده نشود. تنها هنگامی که بیمار دستش را کاملاً بالا می‌آورد اسکار به صورت طولی در ناودان بین دو عضله بازو قابل مشاهده است. البته با استفاده از داروهای آنتی‌اسکار می‌توان جای عمل را به حداقل رساند.

مهم‌ترین دلایلی که این عمل به افراد توصیه می‌شود موارد زیر است:

- شل‌شدگی و آویزان‌بودن پوست ناحیه بالای بازو که گاهی ناشی از مسئله توارث و ژنتیک است.

- تغییرات پوستی ناشی از تغییرات وزنی (افزایش/کاهش وزن) بیمارانی که به منظور کاهش وزن رژیم‌های سخت می‌گیرند و اکثراً نمی‌توانند این رژیم‌ها را ادامه دهند و مجدداً دچار افزایش وزن می‌شوند. این تغییرات مستقیماً باعث تخریب بافت الاستینه پوست بازوها خواهد شد.

- در آفتاب‌سوختگی‌های شدید، تخریب بافت الاستینی پوست بازوها مشاهده می‌شود (بیشتر در قسمت سرشانه‌ها که بافت لطیف‌تری نسبت به سایر قسمت‌های بدن دارند).

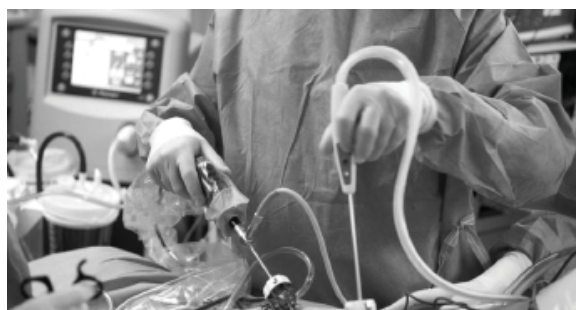
- بالا رفتن سن باعث از بین رفتن بافت کلاژن در پوست شده که در بازوها به صورت شل‌شدگی نمایان می‌شود.

- استفاده از داروهای کورتون‌دار و هورمونی به هر دلیل، می‌تواند باعث چاقی موضعی در ناحیه بازوها، ایجاد استریا در بازوها و شل‌شدگی پوست بازوها شود.

برای انجام هر عمل زیبایی بیمار باید از سلامت کامل برخوردار باشد. در صورتی که بیمار به بیماری‌های تضعیف‌کننده سیستم ایمنی (ام‌اس، لوپوس، سارکوئیدوز، دیابت، هایپوتیروئیدی و ...) مبتلا باشد یا کورتون و داروهای هورمونی مصرف کند، حتماً باید قبل از عمل پزشک خود را مطلع سازد.

برای لیپولیز بازوها به تنهایی نیاز به بیهوشی نیست و عمل با بی‌حسی موضعی قابل انجام است. اما برای براکیوپلاستی نیاز به بیهوشی کامل است. در لیفت کامل بازو، زمان عمل حدود دو ساعت و نیم است. در مینی لیفت بازو، زمان عمل حدود یک و نیم ساعت است. بیمار چند ساعت بعد از عمل و بعد از هوشیاری کامل از کلینیک ترخیص خواهد شد.

آبدومینوپلاستی مینی یا تامی تاک کوچک



افراد به دنبال چاقی یا حاملگی ممکن است دچار ضعف در عضلات شکم در ناحیه زیر ناف شوند. آبدومینوپلاستی مینی یا تامی تاک کوچک روشی است که در طی آن پوست اضافی شکم در زیر ناف برداشته شده و عضلات آن ناحیه ترمیم و سفت می‌شوند.

بهترین کاندیداها برای آبدومینوپلاستی مینی کوچک افرادی هستند که در ناحیه زیر ناف، پوست اضافه و عضله شل دارند. برخی افراد در پی اضافه‌وزن و یا حاملگی فقط دچار تجمع چربی و شلی عضلانی در ناحیه زیر ناف می‌شوند. این افراد کاندیدهای مناسبی برای این جراحی هستند. در این جراحی برشی کوچک در ناحیه زیر شکم در خط سزارین داده می‌شود پوست و چربی اضافه زیر ناف برداشته شده و در صورت لزوم عضلات ناحیه ترمیم و تقویت می‌شوند. در این روش ناف فرد در محل باقی خواهد ماند و تغییر نخواهد کرد.

این جراحی حدود یک و نیم الی دو ساعت زمان نیاز دارد. در مواردی که به دلیل حجم زیاد چربی در دیگر مناطق شکم نیاز به ساکشن یا لیپولیز هم زمان است مدت زمان عمل تا ۴ ساعت هم به طول می‌انجامد. این جراحی تحت بی‌حسی اپیدورال و خواب آلودگی سطحی و یا بیهوشی عمومی قابل انجام است.

باتوجه به شرایط عمومی و وسعت اقدامات انجام گرفته ممکن است یک شب بستری برای فرد در نظر گرفته شود. تورم و کبودی مختصر پوست ناحیه، درد در محل عمل جراحی، بی‌حسی موقت پوست شکم از اثرات جانبی این عمل است.

عفونت، خونریزی زیر پوست و تشکیل سروما در محل جراحی از عوارض احتمالی این جراحی است. احتمال آمبولی ریوی در موارد بسیار نادر وجود دارد. با اجازه پزشک ۴۸ ساعت پس از جراحی استحمام بلامانع است. تمامی بخیه‌ها قابل جذب است و نیازی به کشیدن ندارد. ظرف مدت یک هفته فرد می‌تواند به محل کار خود مراجعه کند. باید حداقل ۶ هفته از ورزش‌ها و فعالیت‌های شدید خودداری کرد و حداقل سه هفته نیز از گن مخصوص کرد. نتیجه جراحی برای سالیان متمادی ماندگار خواهد بود مگر اینکه فرد افزایش وزن شدید پیدا کند و یا مجدداً حامله شود.

جراحی زیبایی گوش

جراحی زیبایی گوش که به اصلاح مشکلات گوش می‌پردازد، باعث از بین بردن مشکلات و آسیب‌های وارد شده به گوش می‌شود. اتوپلاستی کمک می‌کند تا بافت غضروفی گوش اصلاح شود و مشکلات شایع آن مانند برآمدگی‌ها و فرورفتگی‌ها اصلاح شوند. توصیه جراحان زیبایی، عمل زیبایی اتوپلاستی در سنین پایین‌تر است زیرا افراد در سنین پایین‌تر حساسیت کمتری به زیبایی ظاهری خود دارند. این جراحی با بی‌حسی موضعی نیز انجام‌پذیر است. جراح برای این عمل نیاز دارد تا با ایجاد برش‌های بسیار ظریف در پشت گوش و بخیه‌زدن مجدد آن از میزان برآمدگی آن بکاهد. این جراحی یک عمل سرپایی محسوب می‌شود و نیازی به بستری شدن نیست. دقت داشته باشید که باید بعد از عمل از هدبندهایی استفاده شود که مانع برخورد اجسام و دست‌ها به گوش می‌شوند. دوره نقاهت بسیار

کوتاه، و بخیه‌ها قابل نیز جذبی هستند. در مجموع، این جراحی نیازی به مراقبت‌های ویژه ندارد و بیماران از انجام آن رضایت کامل خواهند داشت. اتوپلاستی می‌تواند باعث بالا رفتن اعتماد به نفس افراد شود، برآمده بودن گوش‌ها که شکلی آینه‌ای به آن‌ها می‌دهد نیز رفع می‌شود و گوش‌ها ظاهر زیباتری به خود می‌گیرند. البته این جراحی تاثیری بر شنوایی فرد نداشته و تنها بافت خارجی و ظاهری آن را اصلاح می‌کند.

سن مناسب جراحی زیبایی گوش

بهترین زمان برای برطرف ساختن تمامی نقایص مادرزادی صورت قبل از سنین دبستان (۶-۵ سالگی) است. چرا که ممکن است این بچه‌ها در مدرسه مورد تمسخر هم‌کلاسه‌هایشان قرار گیرند و اعتماد به نفس خود را از دست بدهند. در نتیجه، بهتر است قبل از این که بچه به محیط مدرسه وارد شود این عمل را انجام دهد تا دچار آسیب‌های روحی-روانی نشود. برخی والدین به اشتباه گمان می‌کنند اگر از روش‌هایی مانند بستن گوش با چسب یا ... استفاده کنند می‌توانند نقایص مادرزادی گوش فرزندان خود را برطرف کنند در حالی که این روش‌ها مثرتر نیستند

جراحی زیبایی گوش

این عمل جراحی در حدود ۱/۵ تا ۲ ساعت طول می‌کشد. این جراحی با هر سه روش بی‌حسی موضعی، نیمه بیهوشی و یا بیهوشی کامل قابل انجام است. کودکان بالای ۱۰ سال می‌توانند درد آن را تحمل کنند. جراحی با بی‌حسی موضعی در مطب صورت می‌گیرد و در صورت تمایل از بیهوشی کامل در بیمارستان استفاده می‌شود. برش‌های این عمل در پشت گوش انجام می‌شود. قسمتی از غضروف پشت گوش تراشیده می‌شود و حالت‌دهی اصلی غضروف گوش با بخیه‌های مخصوص انجام می‌گیرد. به این ترتیب می‌توان غضروف گوش را تغییر شکل داد و پوست اضافی آن را حذف کرد. در نهایت، گوش به سر نزدیک‌تر می‌شود و شکاف ایجاد شده با بخیه‌های مناسب بسته می‌شود و آثاری از جای بخیه‌ها و زخم‌ها مشخص نیست. در بعضی موارد که غضروف‌های گوش خیلی برجسته و سفت هستند نیاز است که غضروف‌ها در جاهای مخصوص بریده شوند و سپس به هم بخیه شوند. از آن‌جاکه غضروف لاله گوش خاصیت ارتجاعی دارد بعد از عمل جراحی زیبایی لاله گوش، ممکن است لاله گوش مجدداً کمی مشابه حالت اولیه شود. برای جلوگیری از این مشکل، جراح به هنگام عمل سعی می‌کند لاله گوش را کمی بیشتر از حد لازم بخواباند تا بعد از برگشتی که لاله گوش خواهد داشت وضعیت لاله گوش طبیعی باشد. با این وجود، در برخی مواردی برگشت لاله گوش به‌حدی است که انجام عمل ترمیمی مجدد الزامیست.

مراقبت‌های بعد از جراحی زیبایی گوش

- بعد از جراحی، گوش‌های فرد با پانسمان محافظت می‌شوند. احتمال دارد بعد از جراحی تا ۲۴ ساعت از پایین پانسمان مقداری خون بیاید

که نگران‌کننده نیست. اگر میزان خونریزی زیاد بود باید روی گوش‌ها را به مدت ۲۰ دقیقه فشار داد و رها کرد. این کار معمولاً باعث توقف خونریزی می‌شود.

- از خوابیدن به پهلو که باعث فشار به گوش‌ها می‌شود به مدت چهار روز خودداری شود.

- دو روز بعد از جراحی باید برای تعویض پانسمان به مطب مراجعه کرد.

- دو روز بعد از تعویض اول در مطب، پانسمان برداشته شده و تا یک ماه از یک هدبند استفاده شود.

- از لباس‌های دگمه‌دار یا زیپ‌دار استفاده کنید تا در هنگام تعویض لباس به گوش‌ها فشاری وارد نشود.

- از انجام ورزش‌های سنگین تا حدود ۳ هفته خودداری شود.

منابع

هفته نامه سلامت - دکتر حسین طباطبایی، متخصص پوست، استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران

هفته نامه سلامت - دکتر سیده‌مهدی موسوی زاده، فوق تخصص جراحی پلاستیک، عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

<http://bartarinha.ir>

<http://asticsurgeons.ir>

<http://pezeshkashna.com>

<http://dr-fazeli.com>

<http://beytoote.com>

<https://article.tebyan.net>

<https://clinichairtransplantation.com>

<http://coca.ir>

<https://kermany.com>

<http://breast-aesthetic-surgery.com>

<https://saadatabadclinic.com>