

vita

Χρόνιες φλεγμονές

**Η κρυφή απειλή
για την υγεία**

ΑΦΙΕΡΩΜΑ

**Στη θάλασσα
χωρίς απρόοπτα**

ΗΧΟΜΑΣΑΖ

ΑΝΑΚΑΛΥΠΤΟΥΜΕ
ΤΙΣ ΔΥΝΑΜΕΙΣ ΤΟΥ

SUMMER BEAUTY

- Οι επεμβάσεις του Σαββατοκύριακου
- Τα καλλυντικά του καλοκαιριού
- Tips για να γίνετε η ωραία της ημέρας

Πώς να κάνετε το σπίτι σας
υποαλλεργικό

Συμβουλές για να
αναπνέετε καλύτερα

**Fat Burning
Concept**
Αδυνατίστε
χωρίς δίαιτα

3,90 €





Μείωση στήθους με νέα τεχνική

Ένα εξαιρετικά πληθωρικό στήθος, πέρα από την αρνητική αισθητική εικόνα που εκπέμπει, δημιουργεί και πρόσθετα προβλήματα υγείας, τα οποία όμως μπορεί να λύσει μια εύκολη και σύντομη χειρουργική επέμβαση.

Από τον κ. **ΣΤΡΑΤΗ Γ. ΓΑΒΡΗΛ**, πλαστικό χειρουργό, Diplome of European Board of Plastic Surgery (e-mail: info@sgabriel.gr, site: www.sgabriel.gr, Facebook: Στρατής Γαβριήλ Πλαστικός Χειρουργός-Stratis Gabriel).



Η γιγαντομαστία ή ακόμα και η μεγαλομαστία αποτελεί όχι μόνο αισθητικό πρόβλημα αλλά και λειτουργικό. Το μεγάλο βάρος του στήθους αλλάζει την ισορροπία στη σπονδυλική στήλη, προκαλώντας προοδευτικά κήλες μεσοσπονδυλίων δίσκων, σπασμούς των παρασπονδυλικών μυών και πόνο στην πλάτη. Ταυτόχρονα, η πάντα συνοδός πτώση του στήθους δημιουργεί παρατρίμματα (συγκάματα) στις υπομάστιες πτυχές από την υπερβολική εφίδρωση και την κακή υγιεινή. Επιστημονικές επίσης μελέτες διαπιστώνουν πολύ μεγαλύτερες πιθανότητες ανάπτυξης καρκίνου στους μεγάλους μαστούς. Η μεγαλομαστία, που παρουσιάζεται από την εφηβεία ακόμα, λόγω της εμφάνισής και της δυσκολίας για την κατάλληλη ένδυση, δημιουργεί ψυχολογικά προβλήματα στα κορίτσια.

Η λύση

Η επέμβαση μείωσης του στήθους είναι απαραίτητη σε τέτοιες περιπτώσεις, αφού ανακουφίζει τη γυναίκα από τους πόνους της πλάτης και την προοδευτική φθορά των σπονδύλων, μειώνει τον κίνδυνο καρκίνου, βελτιώνει την εμφάνιση και αυξάνει την αυτοπεποίθηση. Πρόκειται για μια εύκολη και σχεδόν ανώδυνη χειρουργική επέμβαση, η οποία δεν διαταράσσει τη λειτουργικότητα του μαστού. Οι παλαιότερες τεχνικές ήταν περισσότερο χρονοβόρες, με μεγαλύτερες τομές -τη γνωστή «άγκυρα»-, απαιτούσαν περισσότερη νοσηλεία και μεγαλύτερο χρόνο αποθεραπείας.

Η τεχνική

Η νέα τεχνική της L τομής είναι μια επέμβαση μιάμισης ώρας που δεν απαιτεί την παραμονή της ασθενούς στην κλινική ούτε για μία μέρα. Η μετεγχειρητική πορεία είναι ομαλή και η επιστροφή της στην εργασία σύντομη (μετά από 2-3 ημέρες). Η τομή είναι μικρότερη και η αισθητικότητα της θηλής ανεπηρεαστη. Επιπλοκές με την τεχνική αυτή δεν έχουμε, εκτός από τη σπάνια περίπτωση αιματώματος, το οποίο συχνά απορροφάται αυτόματα στο επόμενο διάστημα.

Η ανάρρωση

Η πρώτη αλλαγή γίνεται τη δεύτερη μέρα, ενώ την τέταρτη μέρα η ασθενής μόνη της κάνει την επόμενη αλλαγή και ένα ντους. Έναν ειδικό στηθόδεσμο θα χρειαστεί να φορέσει για ένα μήνα, ενώ δεν υπάρχει κανένας περιορισμός στις δραστηριότητές της από τις πρώτες κιόλας μέρες. Κολύμπι στη θάλασσα επιτρέπεται μετά τη δεύτερη εβδομάδα.

Τι υπόσχεται

Η επέμβαση της μείωσης του στήθους είναι κοντολογίς μια εύκολη επέμβαση με πολλά ευεργετικά για τη γυναίκα αποτελέσματα: μειώνει τους πόνους της πλάτης, περιορίζει τις πιθανότητες καρκίνου, προσφέρει λειτουργικότητα ώστε να μπορεί να θηλάσει στο μέλλον χωρίς πρόβλημα και βελτιώνει την ψυχολογία της με το άριστο αισθητικό αποτέλεσμα του ανορθωμένου στήθους και τις περιορισμένες μετεγχειρητικές ουλές. **✓**