

Abdominoplastika

- Informácie o výkone
- Predoperačná príprava
- Pooperačná starostlivosť a rekonvalescencia

INFORMÁCIE O VÝKONE

Stručne o tom, čo ste sa rozhodli podstúpiť

O ploché a dobre tvarované brucho sa mnohí z nás snažia cvičením a zmenou stravovania. Niekedy však nič z toho čo preto spravíme nedokáže dosiahnuť naše ciele. Aj v prípadoch s inak normálnou telesnou hmotnosťou a proporciami sa môže vyvinúť ovisnuté, príp. vypuklé brucho. Medzi najčastejšie príčiny tohto stavu patria tehotenstvo, výrazné výkyvy hmotnosti, predchádzajúce operácie brušnej steny alebo jednoducho dedičnosť. Abdominoplastika odstraňuje prebytočný tuk a kožu brucha, prípadne reparuje rozostup brušných svalov a laxný profil brušnej steny.

Cielom, z pohľadu plastického chirurga, je dosiahnutie prirodzených proporcií a vytvorenie symetrickejšieho, esteticky príťažlivejšieho profilu tela. Presný postup však vždy podlieha predstavám a individuálnym potrebám.

Čo operácia brucha nedokáže.

Abdominoplastika nie je náhradou za chudnutie ani vhodný cvičebný program. Výsledok môže byť výrazne ovplyvnený výraznými výkyvmi hmotnosti po operácii. Z tohto dôvodu, ak plánujete výrazný úbytok hmotnosti alebo budúce tehotenstvo, odporúčame operáciu odložiť na neskôr. Abdominoplastika tiež nedokáže napraviť strie, vie ich ale zredukovať pokiaľ sa nachádzajú v mieste, kde bude koža odstránená.

Vaše predstavy a naše možnosti sme si prebrali počas konzultácie. Ak ešte stále máte nejaké nezodpovedané otázky, neváhajte nás kontaktovať.



PREDOPERAČNÁ PRÍPRAVA

Ako sa pripraviť pred operáciou a lepšie zvládnuť pooperačnú fázu

Zotavenie po operácii výrazne ovplyvňuje dôsledná predoperačná príprava. Urobte si zásoby potravín, pripravte čisté oblečky a uterák a nezabudnite, že na odchod z kliniky a na prvú kontrolu budete potrebovať odvoz. Prvú noc na klinike. Deň po operácii budete môcť robiť všetko samostatne, no odporúčame zabezpečiť si výpomoc aj nasledujúce 1-2 dni. Neodporúča sa fajčenie akéhokoľvek druhu mesiac pred a po operácii. Pooperačne vám pri bolesti vie pomôcť nácvik pomalých a hlbokých dychových cvičení.

**"VÝKONU SA NEMUSÍTE BÁŤ. BUDE O VÁS POSTARANÉ
OD ZAČIATKU AŽ KÝM SA NEPOSTAVÍTE SPÄŤ NA NOHY".**



DEŇ OPERÁCIE

Na čo nezabudnúť

- Zákaz príjmu potravy najmenej 6 hodín pred operáciou.
- V deň operácie sa adekvátne hydratovať. Prijímať výlučne číre tekutiny. 2 hodiny pred operáciou obmedziť príjem kompletne.
- Uistite sa o čase, kedy je potrebné prísť na kliniku. (v prípade nejasností kontaktujte recepciu tel. 0907 386 220)
- Na noc na klinike si pripravte pohodlné oblečenie, najlepšie niečo, čo nebudete musieť prevliekať cez hlavu.

Čo po operácii

- Po operácii je ideálne spať na chrbte s mierne vyvýšenou polohou (30 stupňov). Lieky a tekutiny si uschovajte blízko postele.
- V prípade bolestí alebo mdlôb praktizujte nacvičené pomalé a hlboké dýchanie. Analgetiká vám budú podávané podľa ordinácií lekára. V prípade potreby navýšenia dávky kontaktujte sestričku.
- Pri nevoľnosti vám sestrička podá lieky proti zvracaniu.
- Ráno po operácii vás príde skontrolovať lekár. Sestrička vám následne pomôže s prípravami na odchod domov. Balíček liekov, ktoré by ste mohli potrebovať vám pribalíme.

**"S AKÝMKOL'VEK PROBLÉMOM PO OPERÁCII VÁM VIE POMÔČŤ
PERSONÁL KLINIKY, KTORÝ NA VÁS BUDE DOHLIADAŤ"**



PRVÝ TÝŽDEŇ PO OPERÁCII

Ako to zvládnuť

- Pre väčšinu pacientov je v poriadku sprchovať sa za 24-48 hodín. Veľké biele samolepky môžete pred sprchovaním odstrániť, malé hnedé ponechať. Pri presaku rany prekryť novým krytím. Ak už budú rany suché je možné ponechať len malé hnedé samolepky na ranách.
- Pooperačné prádlo, prípadne brušný pás je vhodné nosiť aspoň 6 týždňov. (v prípade zašpinenia vyprať alebo zameniť)
- Ak vám po operácii ostali drenážne nádoby, zaznamenajte si 24-hodinové hodnoty z každej strany. Drenážne hadičky chráňte od vody - musíte počkať, kým drenáž nebude preč.
- Je bežné, že jedna strana viac bolí alebo vyzerá mierne opuchnutejšie. Ak je rozdiel extrémny, kontaktujte kliniku okamžite. Príčinou môže byť krvácanie, ktoré je zvyčajne veľmi zrejmé, s výrazným opuchom a bolesťou.
- Pravidelne vstávajte z postele. Dostatok pohybu je dôležitý pre správne fungovanie srdcovo-cievneho systému.
- Pri pretrvávajúcich vyšších teplotách kontaktujte kliniku
- Zlé príznaky sú zvyšujúca sa bolesť, začervenanie, pretrvávajúce vyššie teploty, pretrvávajúce mdloby, závraty, neustále vracanie alebo hnačky. Ak sa u vás vyskytne niektorý z týchto príznakov, okamžite nás kontaktujte.

"POMALÝ NÁVRAT DO NORMÁLNEHO ŽIVOTA A VŠETKO
S MIEROU"



M R A Z

— PLASTICKÝ CHIRURG

Ďalšie informácie je možné nájsť na našich stránkach, instagrame, facebooku alebo sa informujte osobne.

Blog

www.doktormraz.sk

SLEDUJTE A OZNAČUJTE NÁS
NA SOCIÁLNYCH SIEŤACH A
PODEĽTE SA O SKÚSENOSTI AJ
S INÝMI

[#MRAZPLASTICSURGERY](#)
[#DL_CLINICSR0](#)

