

Redukcia prsníkov

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

INFORMÁCIE O VÝKONE

Stručne o tom, čo ste sa rozhodli podstúpiť

Zmenšenie prsníkov, tiež známe ako redukčná mammaplastika, je technika, pri ktorej odstránením prebytočného prsného tuku, žľazového tkaniva a kože, vieme dosiahnuť požadovanú veľkosť prs v súlade s vaším telom a zároveň zmiernili diskomfort, prípadne až bolesti spojené s nadmerne veľkými prsníkmi.

Ide o často vykonávaný zákrok, po ktorom klientky ľutujú jeho odkladanie. Redukcia prsníkov výrazne prispeje k zlepšeniu obmedzení, ktoré vám veľké prsia spôsobujú, čo výrazne zlepší kvalitu vášho života.

Zákrok prebieha v celkovej anestéze a trvá od 2 do 3 hodín, podľa náročnosti redukcie. Na tvarovanie prsníkov je možné využitie niekoľkých rôznych techník. Ako doplnkové metódy je možné využiť liposukciu alebo transplantáciu tuku.

Cieľom, z pohľadu plastického chirurga, je dosiahnutie prirodzených proporcií a vytvorenie symetrickejšieho, esteticky príťažlivejšieho profilu poporsia. Presný postup však vždy podlieha predstávam a individuálnym potrebám ženy.



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 bude o vás kompletne postarané ochotným personálom. 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 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 bolesti 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.
- Umývanie vlasov môže byť komplikované dočasnou pooperačnou neschopnosťou zdvihnutia rúk nad úroveň hlavy.
- Pooperačnú podprsenku nosiť non-stop 6 týždňov. (v prípade zašpinenia vyprať alebo zameniť)
- Ak vám po operácii ostali drenážne nádoby, zaznamenajte si 24-hodinové hodnoty z každej strany. Nesprchujte sa - 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 zrejme, s jednou stranou výrazne opuchnutou, napnutou a bolestivou.
- Pravidelne vstávajte z postele. Dostatok pohybu je dôležitý pre správne fungovanie srdcovo-cievneho systému.
- Vaša teplota tela by mala byť normálna. Pri pretrvávajúcich alebo vyšších teplotách kontaktujte kliniku.
- Zlé príznaky sú zvyšujúca sa bolesť, začervenanie prsníkov, vyššie teploty, vyrážky, 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 NÁS NA SOCIÁLNYCH
SIEŤACH A PODEĽTE SA O
SKÚSENOSTI AJ S INÝMI

[#MRAZPLASTICSURGERY](#)
[#DL_CLINICSRO](#)

