

2023/2024

Perfekte



magazín o plastické chirurgii, estetické dermatologii a moderním životním stylu

PERFECTE TÉMA

Zvětšit, zmenšit, vylepšit, vše,
co vás zajímá o plastice prsou.

Nový nos, nový vzhled a sebevědomí,
dokonalý nos nemusí být jen sen.

Transplantace vlasů? Proč ne?

Novinky aneb co je u nás nového.

PI PREMIUM

Vaše první sexy podprsenka
po operaci prsou



Alena Hradilová
Co-founder
LIPOELASTIC a.s.
@alnahradilova

Na základě vlastních zkušeností s augmentací prsou vím, že zakoupit po zákroku podprsenku, která by byla sexy, ale zároveň udržovala nová prsa v bezpečí, není nic snadného. PI premium splňuje vše, co žena od podprsenky očekává. Je sexy, pohodlná a díky kompresi stále fixuje prsní implantáty. Jsem na PI premium opravdu pyšná a těším se na Vaši zpětnou vazbu.

K dostání ve dvou barevných variantách



Věděly jste, že až 80 % pacientek, které podstoupily augmentaci, se potýkalo s problémy při výběru své první podprsenky po ukončení rekonvalescence?



ODBORNÁ GARANCE



MUDr.
Roman Kufa



MUDr.
Zdeněk Pros



MUDr.
Jan Kučera



MUDr.
Pavel Kobzík



MUDr.
Jakub Miletín



MUDr.
Tomáš Herma



MUDr.
Renáta Kalajová



MUDr.
Lucie Jansta Pieranová

EDITORIAL

Milé čtenářky a čtenáři,

jelikož uplynulý rok přinesl mnoho změn po celém světě, rádi bychom vám dopřáli alespoň jeden ostrůvek jistoty a tím je nové číslo magazínu Perfecte. Je už tradicí, že vám přinášíme novinky v oboru plastické chirurgie a estetické dermatologie. Ani tentokrát nezklameme. Nové techniky u faceliftingu i operace nosu vás budou, věříme, zajímat. Už proto, že nové postupy zájemcům o tyto zákroky nesmírně usnadní rekonvalescenci i návrat k běžnému životu. A současně máme velkou radost, že vám v Perfect Clinic umíme nabídnout už i transplantaci vlasů, vousů a obočí. Přejí jste si takové služby a my jsme s radostí vyhověli. Zvětšení prsou patří mezi nejběžnější plastické operace, o kterých bylo již mnoho řečeno i napsáno, přesto hledáme takové informace, které nemusí být tolik známé a vám pomohou v rozhodování. A troufli jsme si i na vážnější téma – rakovina prsu. Na tabu není čas. Prevence je rozhodující. A abychom na nic nezapomněli, dopřejeme vám i přístrojová ošetření v estetické dermatologii. Bez nich to už dneska zkrátka nejde. A pokud nenajdete odpovědi na své otázky na stránkách Perfecte, obraťte se přímo na naše lékaře ve webovém Poradně anebo prostě zavolejte na naše recepcce. Jsme tu vždy pro vás.

S přáním perfektních dnů vaše redakce

OBSAH

Moderní metoda zvětšení prsou Dual Plane	1
Oslňte svým dekoltem	2
Perfect Gentle Approach neboli PGA	6
Novinka v plastické chirurgii: Deep plane facelift	8
Transplantace vlasů, vousů i obočí	14
Rakovina prsu není tabu aneb otázky, na které není v ordinaci čas	16
Muž v čele estetické dermatologie Perfect Clinic	20
Přístrojové metody v estetické dermatologii	26
Otoky nohou není radno podcenit	29
Splněné přání Anety Krejčíkové	30
	32



Vydavatel: Perfect Clinic, Kartouzská 10, 150 00 Praha 5 | Komenského 519, Liberec 5 | Jakubská 156/2, Brno |
www.perfectclinic.cz | www.facebook.com/plastickaoperace | Odborní konzultanti za Perfect Clinic: MUDr. Roman Kufa,
MUDr. Zdeněk Pros, MUDr. Jan Kučera, MUDr. Pavel Kobzík, MUDr. Jakub Miletín, MUDr. Tomáš Herma, MUDr. Renata
Kalajová, MUDr. Lucie Jansta Pieranová | Jazyková korektura: Marcela Pecková | Grafika, dtp: Jana Baladová | Ilustrace:
Barbora Balgová | Fotografie: Jaroslav Šimandl photography, archiv Perfect Clinic, Katarina Šamuová | Shutterstock.com |
Distribuce: pracoviště Perfect Clinic a partneři | Vychází 1x ročně | Volně neprodejné | č. ev.: MK ČR E 19825

Moderní metoda zvětšení prsou Dual Plane

Text: Redakce a MUDr. Jakub Miletín

To, jak je žena spokojená se svými prsy, ovlivňuje její osobnost. To není žádná spekulace, ale čirá zkušenost plastických chirurgů, kteří mají denně před sebou mnohdy i desítky žen, toužících po změně.



A je také pravda, že konkrétně zvětšení prsou je stále jednou z nejžádanějších plastických operací, ne-li nejžádanější. Kromě fyziognomické stránky vylepšuje především tu psychickou. A věřte, že žena nemůže být krásnější, než když se usmívá a je spokojená sama se sebou.

VĚKOVÝ LIMIT JE MÝTUS

Použití prsních implantátů nemá příliš limitů. Je vhodné pro ženy, které z jakéhokoliv důvodu nejsou spokojeny s velikostí či tvarem svých prsou. Tím je řečeno vlastně vše. Operaci mohou podstoupit ženy všech věkových kategorií. Optimální věk přesně určit nelze, je to mýtus, ale nezbytným předpokladem je dobrý zdravotní stav a psychická vyrovnanost ženy. Důležitá je jistě představa každé pacientky, ale stejně důležitá je

CO TO JSOU PRSNÍ IMPLANTÁTY

Prsní implantáty jsou speciální pouzdra z polymerizované silikonové pryže vyplněné měkkým silikonovým gelem, který má tvarovou paměť a konzistenci podobnou tkáni přirozeného prsu. Implantáty jsou bezpečné, hygienicky nezávadné, mají vysokou pevnost a jsou pružné. V nabídce jsou implantáty dvou tvarů – kulaté a anatomické ve tvaru kapky, a mnoha velikostí, což umožňuje zvolit ideální implantát pro každou ženu. Dnes jsou v nabídce i odlehčené implantáty naplněné silikonovým gelem nadlehčovaným vzduchovými mikrosférami, které mají váhu o 30 % nižší než veškeré ostatní dostupné implantáty. Zpomalují působení gravitace a prsa tak zůstávají pevná mnohem déle.



i konzultace a názor operatéra. Teprve společně by měli najít nevhodnější implantát i typ zákroku. K tomu slouží konzultace s plastickým chirurgem. Tady se otevírá prostor pro sdělení a následně sdílení představ. Lékař se samozřejmě dívá na celkovou konstituci těla a v závislosti na ní volí typ implantátu. Už proto není možné vyhovět jakémukoliv přání ženy.

„Operace se nedoporučuje, pokud žena plánuje v nejbližších letech těhotenství. Implantáty samotné nemají na těhotenství ani kojení vliv, nicméně během těhotenství i kojení dochází k významným objemovým změnám prsou, které by mohly výsledkem plastické operace ovlivnit,“ vy-

světluje plastický chirurg Jakub Miletín z Perfect Clinic.

MODERNÍ METODA DUAL PLANE

Technika Dual plane byla vyvinuta pro ženy, které mají mírný až střední stupeň poklesu prsou a touží po přirozeně vypadajícím zvětšení svých ňader. Takový pokles prsou bývá nejčastěji důsledkem zhubnutí, kojení a rovněž v důsledku stárnutí vlivem gravitace. Zatímco Dual plane si poradí pouze s implantátem, v ostatních případech se většinou neobejde návrat tvaru a polohy prsu bez modelace. K dalším přednostem patří přirozenější vzhled prsou, menší fyzická zátěž



a rychlejší rekonvalescence. Při Dual plane augmentaci je prsní implantát umístěn pod sval v horní a střední části prsu, dolní část implantátu se ponechá pod žlázou a není již kryta svaelem. Míra krytí implantátu svaelem se určuje podle tvaru prsu a stupně jeho poklesu.

„Tah uvolněného svalu pozdvihuje žlázu až o 3 cm. Efekt se po operaci dále zvětšuje. Vysoké uvolnění svalu však může způsobit nedostatečné krytí implantátu v dekoltu. Tady pomůže přenos vlastního tuku, což dekolt zvýrazní,“ dodává lékař. ×

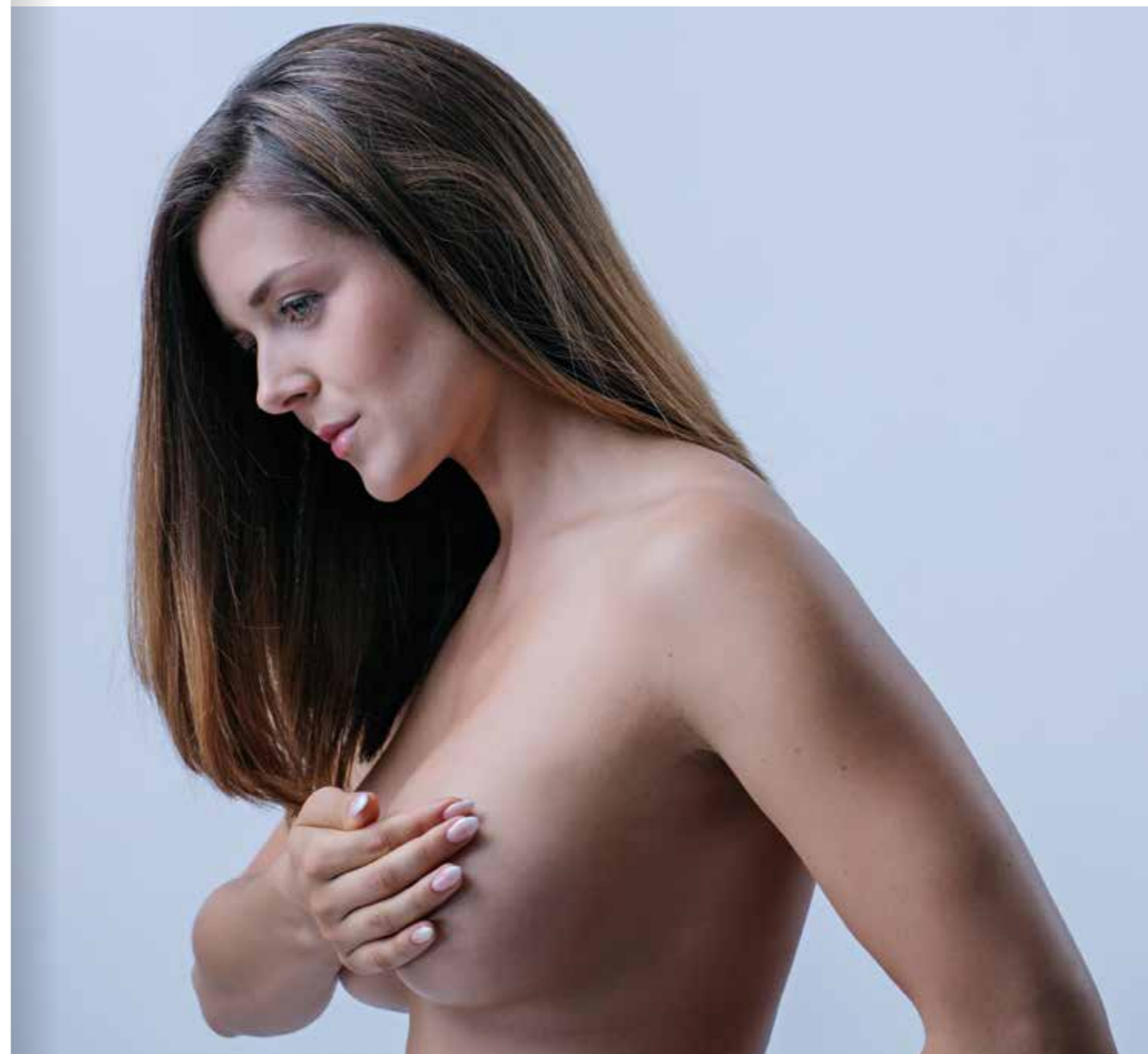
CO POTŘEBUJETE VĚDĚT O SAMOTNÉ OPERACI ZVĚTŠENÍ PRSOU

Prvním krokem je konzultace s lékařem. Nezbytná jsou předoperační vyšetření včetně EKG a velmi se doporučuje ultrazvukové či mamografické vyšetření, které vyloučí případné onemocnění prsou. Operace pak probíhá v celkové anestezii, trvá přibližně hodinu. Implantáty se umístí buď pod mléčnou žlázu, nebo pod prsní sval tak, aby implantát nebyl vidět a prsní tkáň jej dostatečně zakrývala. Implantát se vkládá obvykle malými řezy, které jsou vedeny v podprsni rýze. Operace je zakončena nasazením elastické, pevné podprsenky, která fixuje implantáty v poloze, v jaké byly uloženy. Hospitalizace po operaci bývá v případě, že je vše v pořádku, jeden den. Speciální elastickou podprsenku je třeba nosit nepřetržitě ve dne i v noci po dobu čtyř týdnů.

Mírné pooperační bolesti, pnutí v opeřované oblasti, modřiny a otoky jsou zcela normální a postupně odeznívají. Stehy se postupně samy vstřebají. Návrat do běžného režimu je možný asi po týdnu. Fyzicky náročná činnost včetně fitness aktivit je doporučována po měsíci až dvou. A pokud bude vše probíhat tak, jak má, výsledný stav nastane asi po třech měsících od operace.



MUDr. Jakub Miletín



Oslňte svým dekoltem

MUDr. Roman Kufa

vedoucí lékař
certifikovaný plastický chirurg

Pokud pacientka požaduje plnější dekolť, dávám přednost implantátům s extra vysokým profilem. Když se umístí pod prsní sval, který implantát mírně oploští a zjemní horní okraj implantátu, prsa působí plně a současně přirozeně.



MUDr. Jakub Miletín

specialista na injekční výplně
certifikovaný plastický chirurg

Ke každé operaci přistupuji s respektem, při augmentaci proto sahám vždy po prověřené značce implantátů, která nikdy neměla problém s bezpečností. Požadovaného estetického efektu pak mohou docílit díky širokému spektru tvarů a velikostí prsních implantátů.



MUDr. Zdeněk Pros

zástupce vedoucího lékaře
certifikovaný plastický chirurg

Pro augmentaci prsou vždy volím implantáty, které považuji za nejkvalitnější a nejbezpečnější na trhu, což vyhodnocuji dle jejich rozsáhlého systému záruk, výše investic do výzkumu, certifikace, ale i dle dlouhodobé osobní zkušenosti.



MUDr. Pavel Kobzík

specialista na injekční výplně
certifikovaný plastický chirurg

U hraničního poklesu prsou používám anatomické implantáty s vyšším profilem a vertikálnější základnou. Tyto implantáty jsou vhodné především u úzkých hrudníků a drobných prsou s tenkou podkožní vrstvou.



Perfect Gentle Approach neboli PGA

Text: MUDr. Roman Kufa

Trendem plastické chirurgie je co nejšetrnější provedení operace. Je jasné, že ruku v ruce s tím jde méně traumatický zásah do tkání, rychlejší hojení, menší bolestivost a minimální stopa po zákroku. Pro maximálně šetrný přístup jsme s využitím zkušeností z různých metod operování nosu vytvořili techniku Perfect Gentle Rhinoplasty, která šetří kosti nosu i chrupavky, minimálně poškozuje vazivová spojení a výsledek se obejde bez jizev na nose. Tuto metodu nelze použít standardně pro všechny typy nosu, ale pro nekomplikované nosy bez předchozích operací.



Rhinoplastika patří k nejtěžším operacím v estetické medicíně. Nos má v obličeji dominantní postavení a proto si po operaci člověk všímá i těch nejmenších detailů. Nelze jednu operační techniku používat pro všechny pacienty stejně, protože každý nos je odlišný. Chirurg musí přizpůsobit techniku operace danému typu nosu a ona ke všemu existuje celá řada deformit nosů, jak vrozených, tak poúrazových. Operatér musí mít tudíž velké zkušenost a musí ovládat několik technik rhinoplastiky.

PERFECT GENTLE APPROACH

Standardní techniky operace nosu jsou, po pravdě, poměrně agresivní ke tkáním. Při zavřené rhinoplastice se třeba provádí uvolnění kůže v oblasti kořene nosu přímo z nosní dírky pomocí nůžek. Tím se přeruší cévy v podkoží a na světě je výrazné krvácení. I při zavřené metodě provádíme nalomení nosních kůstek a snesení hrbolu z kořene nosu pomocí dlátek zavedených

z nosní dírky. Dochází tak k přerušení okostnice, kde se nachází bohaté cévní řečiště, což zase vede ke krvácení a vzniku velkých modřin. Krevní sraženiny ve tkáních pak mají vliv na tvorbu výraznějších jizev, a to může ve finálním výsledku ovlivnit i celkový estetický výsledek opeřovaného nosu.

Na rozdíl o těchto metod je principem PGA rhinoplastiky je co nejšetrnější přístup k operovaným tkáním nosu. Při ope-



raci chirurg používá lupové brýle a jemné instrumentárium. Operace se provádí v celkové anestezii, klient je v hypotenzii a tkáň se infiltrují speciálně ředěným roztokem s adrenalinem. Preparace co nejméně poškozuje cévní řečiště a krvácení je logicky slabší.

PGA rhinoplastiku můžeme provádět otevřeným způsobem, kdy výsledná jizvička zůstává pod nosem nebo můžeme zvolit zavřený přístup z řezu v nosní dírci, a pak je výsledek bez viditelných jizev. Hrbol na kořeni nosu v případě PGA neodstraňujeme dlátkem, ale zbrousíme ho a speciální piezoelektrickou pilkou ho zatlačíme dovnitř. Jde o tzv. push down techniku vytvarování kořene. Preparaci nosních chrupavek provádíme také šetrně bez agresivní redukce chrupavčitých částí nosu.

Operatér by měl mít zvládnuté nejen operační techniky zevního nosu, ale i hlubších struktur.

Pokud má člověk zároveň vybočenou přepážku, je možné ji srovnat během operace. O tom bude ještě řeč.

Vymodelované nosní kůstky fixujeme k nosní přepážce stehy, takže po operaci nemusíme na nos přikládat sádku, ale stačí nos vylepit náplastí, která se odstraní po dvou týdnech. Zatímco u standardní rhinoplastiky po operaci nosu vkládáme do nosních průchodů tampóny a na nos se přikládá sádra. Klient, který druhý den po zákroku odchází domů, má jen minimální

modřiny a otoky v obličejí a co je nesmírně příjemné – volně dýchá nosem.

CO VŠE LZE OPERACÍ NOSU NAPRAVIT

Na nose můžeme upravit kořen nosu – buď odstraníme hrbol, nebo ho dotvarujeme tak, aby byl prohnutý. Dokážeme narovnat i vybočenou osu nosu či jeho špičku zúžit a zvednout. A konec konců můžeme zmenšit nozdry a také nosní křídla. Celkově je možné nos zmenšit a zlepšit jeho estetický vzhled. Výjimkou není ani zhoršené dýchání nosem, a tak řešíme nejen estetickou stránku, ale i funkční. Proto by měl mít operatér zvládnuté nejen operační techniky zevního nosu, ale i hlubších struktur jako je právě nosní přepážka.



Výsledek před a po operaci nosu otevřenou rhinoplastikou pomocí piezoelektrické pilky



Výsledek před a po operaci nosu otevřenou rhinoplastikou pomocí piezoelektrické pilky



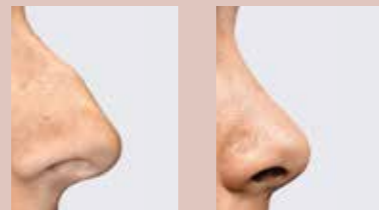
Vybočená nosní přepážka před operací



Narovnaná nosní přepážka u septorhinoplastiky v jedné době



Výsledek před a po operaci nosu otevřenou rhinoplastikou pomocí piezoelektrické pilky



Výsledek před a po operaci nosu otevřenou rhinoplastikou pomocí piezoelektrické pilky



Otoky měkkých tkání po nalomení nosních kůstek dlátky



Minimální otoky víček po nalomení nosních kůstek s použitím piezo-elektrické pilky

DVĚ OPERACE V JEDNÉ

Bývá zvykem, že plastický chirurg řeší operaci zevního nosu a nosní přepážku operuje jiný specialista - otolaryngolog. To znamená, že nejdříve jde na řadu operace nosní přepážky, tzv. septoplastika a pak teprve čeká klienta další, už estetická operace. Oproti dvěma operacím ale může stát jedna jediná. A sice, když se obě operace provedou najednou, bez nutnosti další anestazie a prodloužení pooperačního hojení. Lze to, jen je třeba najít pracoviště, kde buď plastický chirurg spolupracuje s ORL lékařem a oba specialisté operují současně, nebo najít operátora, který umí operovat jak zevní nos, tak nosní přepážku.

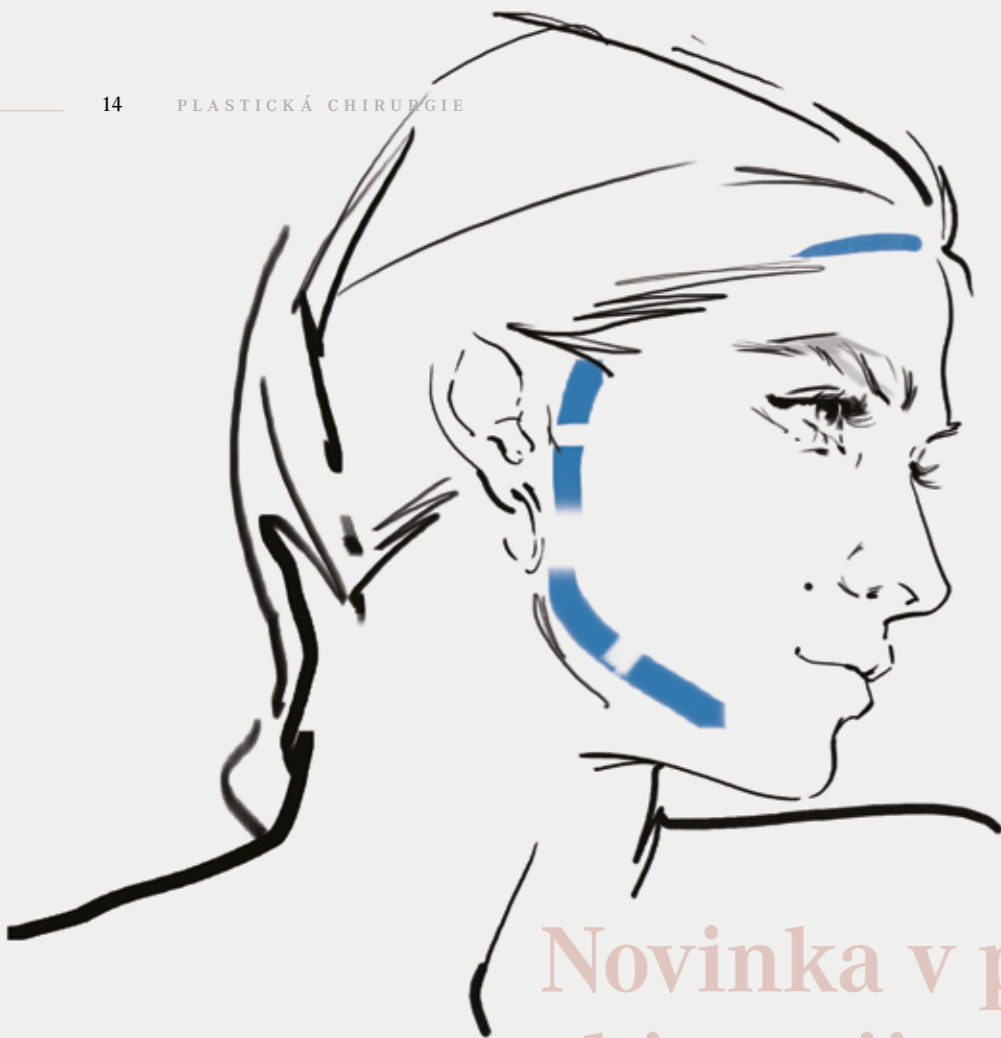
OPERAČNÍ TECHNIKY

O zavřené a otevřené operační technice už jsme mluvili. Je ale dobré vědět, že operace zavřenou metodou neprobíhá pod kontrolou zraku, provádí se z malých nářezů v nosní dírce a preparace struktur nosu je tak obtížnější, což může být nevýhoda u složitých operací nosu. Otevřená rhinoplastika se naopak provádí řezem pod nosem, zůstává sice malá jizvička, ale technika je to velmi výhodná a nutná u čtenějších reoperací nosu, kdy se nahrazují jeho poškozené struktury chrupavčitými štěpy odebranými z nosní přepážky, chrupavky ucha nebo žebra. ✕



MUDr. Roman Kufa





Novinka v plastické chirurgii: Deep plane facelift

Text: MUDr. Roman Kufa

Výtka na adresu omlazení obličeje byla dosud jedna jediná. Můžete mít skvěle provedený facelift, čili omlazení obličeje, vypadáte o deset let mladší, ale skutečný věk prozradí krk. Vrásek a povislé kůže na něm se nezbavíte. To ovšem platilo dosud. Deep plane facelift si dokáže poradit i s touto partií.



Byť je stárnutí přirozené, umíme si s ním díky moderní estetické medicíně poradit. S věkem stárne i kůže, tvoří se více vrásek a spolu s tím ubývají měkké tkáně. To je známá věc. V obličeji pak dochází k poklesu kůže hlavně v oblasti tváří a krku. Facelift je operační metoda, během které odstraníme povolenou a přebytečnou kůži a tím dojde k jejímu vypnutí. Výsledná jizva je jen málo viditelná, protože je z velké části skryta ve vlasech a tenká linie zůstává před a za ušním boltcem. Pro trvalejší výsledek faceliftu používáme SMAS lift, což znamená, že vypínáme nejen svrchní kůži ve tváři, ale zpevňujeme i hlubší vrstvy. SMAS (Superficial muscular aponeurotic system) je vazivově svalová podkožní struktura, která se nachází mezi kůží a kostmi obličeje, a zahrnuje mimo jiné i mimické svaly. Operační manipulací téhle vrstvy pak dosahujeme trvalejšího omlazujícího efektu.

Deep plane facelift je technicky náročnější, proto by metodu měl používat jen zkušený chirurg. Během operace se zaměřujeme na ještě hlubší vrstvy a výsledkem je intenzivnější lifting obličeje, zatímco jeho efekt není umělý a přetazeno-

ný. Mladší a přirozený vzhled navíc přetrvá déle než u klasického faceliftu.

Při Deep plane faceliftu neprovádíme rozsáhlou separaci kůže od hlubší vrstvy (SMAS), ale preparujeme z větší části pouze pod vrstvou SMAS, v hloubce. Tímto postupem se snižuje riziko krvácení pod uvolněnou kůží i vznik modřin a otoků po operaci. Rekonvalescence je tak daleko komfortnější.

Není naším cílem měnit váš vzhled, ale vylepšit ho s úctou k přirozenému dojm.

U Deep plane faceliftu liftujeme nejen tkáň v obličeji, ale také na krku, který se zpevní a vypne.

Po operaci zůstáváte na klinice jen jednu noc, druhý den se odstraní obvaz z hlavy a vy odcházíte domů. Domácí klidový režim si dopřejete pouze týden, pak už je možná kancelářská práce, sportovat začnete ideálně po měsíci. Vzhledem

k rychlému hojení už po dvou týdnech ustupuje většina modřin a otoků a vy můžete vyrazit do společnosti.

Dobrý výsledek operace znamená, že vaše okolí na první pohled nepozná, co máte za sebou, ale všimne si, že vypadá dobře, odpočatě a svěže mladě. Není naším cílem měnit váš vzhled, ale vylepšit ho s úctou k přirozenému dojm.



MUDr. Roman Kufa

Transplantace vlasů, vousů i obočí

Text: redakce Perfecte
Foto: Katarina Samuova

Chcete zase zažít pocit větru ve vlasech? To už dnes nemusí být jen zbožné přání. Transplantace vlasů je již ověřená metoda, která se posledních třicet let velmi zdokonalila. Vyřeší problém s vypadáváním vlasů jednou provždy. Metoda přenosu vlastních vlasových cibulek do postižených míst je vhodná pro muže i ženy. Lze takto ošetřit i prořídle vousy či obočí. Celá procedura je bezbolestná, probíhá v lokálním umrtvení a trvá několik hodin.



V Perfect Clinic upřednostňujeme manuální transplantaci vlasů, prováděnou odběrovou jehlou o průměru 0,60-0,65 milimetrů, která minimalizuje velikost jizviček po zákroku. Rekonvalescence trvá od několika dnů do pár týdnů. Transplantované vlasy nejprve vypadají a během prvních třech měsíců začnou růst nové. Přestože obnova trvá někdy i rok a s konečným hodnocením výsledku je tak nutné vyčkat, při správné péči a s dodržáním pokynů lékařů je možné se rychle navrátit k běžnému životu. Transplantované štěpy už nikdy nevypadají. Nepodléhají totiž degeneraci. Takto implantované vlasy s vámi zůstanou navždy.

U žen ke ztrátě vlasů dochází z hormonálních příčin po menopauze.

DŮVODY ZTRÁTY VLASŮ

U mužů se často jedná o dědičné plešatění způsobené hormonem dihydrotestosteronem. U žen ke ztrátě vlasů dochází z hormonálních příčin po menopauze. Mezi další příčiny padání vlasů patří stres, špatná strava, hormonální poruchy a nedostatek vitamínů, minerálů a stopových prvků v těle, nebo také špatná péče o vlasy. Pravou příčinu problémů s vypadáváním vlasů odhalí trichologické vyšetření. Tricholog poté navrhne vhodnou léčebnou metodu. Vedle transplantace vlasů může totiž „stačit“ vlasová mezoterapie nebo plazmaterapie.

JE TRANSPLANTACE VLASŮ VHDNÁ PRO KAŽDÉHO?

Každý zájemce o transplantaci vlasů je podroben testům, které určí, zda je pro tento zákrok vhodným kandidátem. Osoby se specifickými zdravotními problémy by totiž nemusely dosáhnout dlou-

hodobě pozitivních výsledků i v případě, že bude transplantace vlasů úspěšná. V některých případech mohou o přítomnosti těchto potíží rozhodnout genetické testy, stejně jako i podrobné zhodnocení anamnézy daného zájemce.

Důležité také je, aby bylo pro zákrok k dispozici dostatečné množství vlasů, které budou transplantovány. Někteří zájemci tak nemusejí být vhodnými kandidáty jen proto, že jsou jejich očekávání nerealistická. Od toho tu je právě konzultace s lékařem před zákrokem.

JE ZÁKROK BOLESRIVÝ?

Míra bolestivosti závisí na konkrétním člověku. V průběhu zákroku je podáváno lokální anestetikum, které dané místo znecitliví. Tyto počáteční injekce mohou být nepříjemné, samotná transplantace je pak bezbolestná. Anestetikum omezuje bolestivost také jistou dobu po dokončení zákroku. Většinou je možné se běžným nenáročným aktivitám věnovat již následující den po zákroku.

Ideální je na transplantované vlasy nedávat žádnou barvu minimálně měsíc od zákroku.

MŮŽE TRANSPLANTÁT SELHAT?

Velice častá je obava z toho, že vám vlasy znovu začnou vypadávat, i pokud byla transplantace vlasů úspěšná. Selhání transplantátu po úspěšném zákroku je velice vzácné. Jednou z příčin významnějšího vypadávání vlasů v průběhu let

po provedení úspěšné transplantace vlasů je telogenní efluvium. K tomu dochází, pokud velká část folikulů – často téměř 10 procent – přejde do klidového stavu. Jakmile se znovu probudí, vytlačí staré vlasy z folikulů, aby vytvořily prostor pro nové vlasy. Následkem toho se zdá, že vlasy začaly vypadávat, i když se jedná o pouze dočasný jev.





JAKÁ JSOU PO ZÁKROKU OMEZENÍ?

Ranky se do deseti dnů zahojí a vytvoří se stroupky. Během prvních tří dnů není vhodné se transplantovaných vlasů dotýkat. Je dobré spát s vyvýšenou hlavou a během dne se chránit pokrývkou hlavy. Vlasy se sice mohou stříhat již po dvou týdnech, holicí strojek ale odložte minimálně na jeden měsíc. Ideální je na transplantované vlasy nedávat žádnou barvu minimálně měsíc od zákroku. Pokud přesto potřebujete zakrýt šediny a nemáte žádné pooperační komplikace, zvolte přírodní barvu Henu – tu můžete aplikovat již po dvou týdnech po vlasové transplantaci. Před svým kadeřníkem nic netajte. Prvních deset dnů se příliš fyzicky nenamáhejte, s tím souvisí i aktivita sexuální. A celý měsíc se vyhýbejte přímému slunci, nepoužívejte žádné chemické šampony, laky či gely na vlasy. ✕



FAKTA O TRANSPLANTACI

Příčin vypadávání vlasů může být celá řada, kromě hormonálních změn to může být stres či špatná péče o vlasy. Transplantace řeší kouty, pleše na temeni, chybějící vlasy v místě jizev, prořídle vousy a obočí, je vhodná pro muže i ženy ve věku mezi 25 a 65 lety. Před zákrokem je třeba absolvovat podrobnou vstupní konzultaci a vyšetření, kdy se posoudí kvalita vlasové pokožky, odkud se štěpy odeberou, z 99 % to bývá zátylek. Zákrok je bezbolestný, provádí se v lokální anestezii, trvá 6-8 hodin, kdy čas je podmíněný množstvím implantovaných štěpů. Výkon je rozdělený do tří fází, s vymezeným prostorem pro odpočinek. Velmi vzácně se rozděluje do dvou dnů.



Rakovina prsu není tabu aneb otázky, na které není v ordinaci čas

Text: redakce Perfecte

Ach my ženy, chronicky se nám nedostává volného času. Mnoho věcí odkládáme na neurčitě později. Často v ordinaci slyšíme: „Vždyť v naší rodině nikdo nádor prsu nikdy neměl.“ Jenže představa, že rakovina prsu je hlavně dědičnou záležitostí, je zákeřně mylná. Dědičnost sehrává roli (ovšem pak už naprosto zásadní) pouze v 5 až 10 % všech případů. Zbytek 90-95 % případů rakoviny tvoří v podstatě nahodilý výskyt.



V Česku onemocní v průměru každá osmá žena, nejčastěji se jedná o ženy starší čtyřiceti let. Riziko vzniku rakoviny prsu v ČR je 7-8 %, to znamená, že ve skupině 100 zdravých žen (tj. žen bez zvýšeného rizika) onemocní 7-8 žen rakovinou prsu. Pokud se však nemoc odhalí včas, což umožňuje právě pravidelný preventivní screening, mnoho žen se podaří vyléčit.

Odpovědi na nejčastější dotazy, na které v ordinaci zpravidla nezbývá čas, poskytly dvě povolané dámy: MUDr. Lucie Jansta Pieranová, vedoucí lékařka mamodiagnostického centra Waltrovka Praha 5 a zároveň mamodiagnostička Perfect Clinic v Praze a MUDr. Renáta Kalajová, lékařka 1. chirurgické kliniky FN v Motole a zároveň mamoložka Perfect Clinic v Praze.

Většina pacientek si jako první klade otázku: „Proč právě já?“ Jaká je hlavní příčina rozvoje tohoto onemocnění? Zpravidla neexistuje pouze jedna příčina, jedná se o multifaktoriální proces. Podílí se na něm genetika, která u onoho procentuálního minima všech případů hraje ale prim, pak hormonální nevyváženost organismu a vliv vnějšího prostředí, např. nevhodný životní styl, především pak stres. Asi 80 % případů s dědičnou dispozicí k nádorům, která se ale v populaci vyskytuje, jak již bylo řečeno relativně málo, prsu tvoří pacientky, u kterých zjistíme vrozenou mutaci v genech BRCA 1 nebo BRCA 2 (z anglického Breast Cancer).

Riziko výskytu nádoru se zvyšuje s věkem, onemocnění propukne nejčastěji mezi 50. a 60. rokem života. V případě genetické zátěže může onemocnění vzniknout mnohem dříve, již mezi 20. až 30. rokem, ale jedná se o ojedinělé případy.

Proč časný nástup menstruace a hormonální substituční terapie zvyšují riziko? Většina nádorů prsu je hormonálně citlivá, a to hlavně na estrogeny. Ty se tvoří



Rakovina prsu je onemocnění, které nebolí, proto jsou preventivní vyšetření tak důležitá.

v ženském těle převážně v reprodukčním období. Prodloužení tohoto období díky brzké menstruaci a pozdní menopauze může zvyšovat riziko nekontrolovaného bujení. Dále hladinu estrogenu ovlivňují také různé hormonální „manipulace“. Často může jít o hormonální substituční léčbu v období přechodu, nicméně v případě určité predispozice může zvyšovat riziko také užívání hormonální antikoncepce či opakovaná hormonální stimulace předcházející umělému oplodnění. Navíc umělý estrogen přijímáme prostřednictvím chemicky zpracované potravy, kosmetiky i vody.

Každoročně je diagnostikováno přes 7200 nových onemocnění. Každý rok rovněž 1600 žen na tuto diagnózu ze-

mře. Zároveň však na zasláné pozvánky k preventivnímu vyšetření reaguje přibližně jen čtvrtina žen.

Ano. Setkáváme se s případy, kdy žena roky nechodí na preventivní prohlídky a k nám ji dovedou až akutní problémy jako je třeba útlivost v prsu, a to už je často dost pozdě. Rakovina prsu je onemocnění, které nebolí, proto jsou preventivní vyšetření tak důležitá. Velkým mýtem je, že žena po přechodu už žádné kontroly nepotřebuje.

Je vyšetření mamografem kvalitnější než ultrazvukem?

Obecně platí, že u žen od 45 let je vyšetřovací metodou číslo jedna mamografie, zatímco ultrazvuk (neboli ultrasonografie) je doplňkovou metodou, kterou doporučujeme jako meziroční vyšetření mezi mamografiemi. V případě nutnosti se obě metody kombinují. Ultrazvuk lépe zmapuje hutnější vazivovou tkáň, která je typická pro mladší ženy, proto je u žen do 40-45 let preferováno ultrazvukové vyšetření. S postupujícím věkem dochází u velkého procenta žen k přeměně vaziva na tuk a toto je pak ideální terén pro zobrazení mamografem. Neoddiskutovatelnou výhodou mamografie je zobrazení tzv. mikrokalcifikací (mikrozrníček vápníku, která mohou znamenat nebezpečné přednádorové změny nebo již probíhající nádorové bujení), jež by nebyly z ultrazvuku vůbec patrné.

V poslední době se šíří názory o škodlivosti mamografie. Jako hlavní důvody se uvádějí ozáření a stlačení prsu, které některé ženy bolí. Za bezpečnou alternativu je označována tzv. termografie. Jaký je váš názor?

Je pravdou, že mamografie funguje na principu rentgenového záření. Radiační zátěž je v porovnání s jinými rentgenovými vyšetřeními relativně malá. Při screeningovém vyšetření odpovídá zhruba 34 dnům vystavení se přírodnímu záření, které nás běžně obklopuje. Dle statistik

je pravděpodobnost výskytu karcinomu prsu v důsledku rentgenového vyšetření cca 0,058 %, tedy velmi nízká. Samotné stlačení prsu je nutné. Zmenší se totiž tloušťka snímkové tkáně a díky tomu se sníží dávka ozáření. Navíc struktury žlázy po mírném stlačení jsou pro nás pak mnohem lépe definovatelné a přehledné.

Mamologické vyšetření je vyšetření lékařem specialistou nejčastěji chirurgem, který se specializuje na chirurgickou léčbu všech onemocnění prsů.

Termografie funguje na principu infračerveného záření. Vyhodnocuje teplotu na povrchu těla formou digitalizovaného obrazu. Vyšetření je sice opravdu bezpečné, jenže na rozdíl od mamografu neodhalí již zmíněné mikrokalcifikace, řadu přednádorových stavů a nádory v raných stádiích, protože při nich nedochází k výraznějšímu cévnímu zásobení. Je tedy jasné, že tato metoda mamograf v žádném případě nenahradí. Naopak může ublížit ženám tím, že zanedbají možnost odhalit nádor v raném stádiu.

Jaké jsou hlavní příznaky rakoviny prsu? Nejčastěji se setkáváme v ordinacích s případy, kdy žena zaregistruje náhlou změnu, ať již v pohmatu (bulka, tužší zduření), viditelnou změnu barvy kůže, tvaru nebo velikosti prsu, anebo vtažení bradavky, někdy s krvavě zabarveným výtokem.

Dojde-li k odhalení nádoru, na co se má žena připravit?

Záleží na typu nádoru, na jeho stádiu, na zdravotním stavu ženy a na jejím věku. Pokud se jedná o malý nádor do 2 cm, neagresivního typu bez zasažení spádových mízních uzlin a bez metastáz,



pak je velká šance na úplné vyléčení. Žena většinou podstoupí prs zachovávající operaci, kdy se chirurgicky odstraní pouze drobný okrsek nádorové tkáně s jemným lem okolní zdravé prsní tkáně a spádovou uzlinu z podpaží. U pokročilejších nádorových stavů se mnohdy neobejdeme bez kombinace onkologické léčby v podobě chemoterapie, hormonoterapie či biologické léčby.

Částečné či úplné odstranění prsu je zásadní zásah do vnímání vlastního ženskosti. Jak lze tento dopad zmírnit?

Ženy po záchovných výkonech mívají na prsu drobnou jizvu, ve většině případů není prs nijak deformován. Ženy, u kterých je nutné odoperovat celý prs, nosí prsní náhrady (tzv. epitézy), které se vkládají do podprsenky. Po ukončení léčby mohou zpravidla již po jednom roce podstoupit plastiku prsu za pomoci implantátu nebo vlastní tkáně z oblasti břicha.

Chemoterapie je pověstná obávanou ztrátou vlasů...

Většinou ženy skutečně o vlasy přijdou. Naštěstí dnes se již mnoho žen neobává nosit šátky nebo paruky. Vlasy po ukončení chemoterapie opět narostou, mnohdy poměrně rychle. Zpočátku bývají vlnité, pak se často vrací ke svým původním vlastnostem. Nehledě na to, že dnes mají ženy možnost si při chemoterapii zaplatit chladicí čepici, která zamezí vypadání vlasů během chemoterapie.

Když už jsme zmínili plastiku prsu, tak je tu její estetická podoba, kdy nejde o rekonstrukci ze zdravotních důvodů, ale časté zvětšení prsů implantáty. Nahravá to rakovině?

Toto je hodně diskutované téma, nebylo však žádnou studií prokázáno, že by přítomnost implantátů nebo jiný kosmetický výkon na prsou způsobil zvýšení rizika vzniku karcinomu prsu. Je doloženo, že





výskyt rakoviny prsu je téměř stejný ve skupině žen s prsními implantáty, jako ve skupině bez implantátů. Naopak ženy s implantáty dochází na preventivní mamologické vyšetření častěji, protože se obávají o stav svých implantátů a případné nádory tak bývají objevené ve velmi časném stadiu.

Je pravda, že by ženy s prsními implantáty neměly chodit na mamografii? Toto je další z mýtů, který není pravdivý. Není důvod, proč by žena s implantáty nemohla podstoupit mamografické vyšetření. Zkušený tým rentgenových laborantek ve screeningových centrech umí provádnout projekce na prsy s implantáty, ať už jsou uloženy pod žlázou nebo pod svalem. Implantátu se nic nestane a u pacientky vyloučíme přítomnost nádorového bujení. A když se stane, že je u mladé pacientky i tak žláza nedostatečně přehledná, lékař si doplní ještě ultrazvukové vyšetření. Implantáty jsou vyrobené tak, že je tlak přístroje nepoškodí.

Nádorové onemocnění se vyskytuje i u mužů, i když podstatně méně často.

Ženy si občas pletou rozdíl mezi mamologickým a mamografickým vyšetřením. Mamologické vyšetření je vyšetření lékařem specialistou nejčastěji chirurgem, který se specializuje na chirurgickou léčbu všech onemocnění prsů. Zatímco mamografické vyšetření je vyšetření prsů přístrojem – mamografem, kdy se vytvoří snímek – mamografie. Cílem mamologického vyšetření je vytipování pacientek s vyšším rizikem vzniku karcinomu prsu a doporučení typu dalšího vyšetření a frekvence sledování. V případě nálezu nezhoubného či zhoubného onemocnění prsu pak také navržení dalšího způsobu léčby. Bonusem je naučit klientku samovyšetřit si prsa. Mimochodem jeho video podobu najdete webu Perfect Clinic.

I muži mohou mít rakovinu prsu? Nádorové onemocnění se vyskytuje i u mužů, i když podstatně méně často. Každoročně diagnostikujeme v ČR kolem 60 případů nádoru prsu u mužů, často se jedná o muže z geneticky pozitivně zatížených rodin. Hlavním příznakem bývá nově objevené zduření, bulka nebo vtažení bradavky. Ve většině případů jsou tyto změny nebolestivé.

Co byste jako lékařka chtěla vzkázat všem ženám?

Nebojte se a docházejte pravidelně na preventivní vyšetření. Nezapomeňte na pravidelné samovyšetření prsů a v případě jakékoli nejistoty přijďte na vyšetření. Rakovina prsu patří k nejčastějšímu nádorovému onemocnění u žen, ale zároveň k nejlépe léčitelným druhům nádorových onemocnění, ale podmínkou je, že musí být odhalena včas. ×



MUDr. Renáta Kalajová



MUDr. Lucie Jansta Pieranová

Muž v čele estetické dermatologie Perfect Clinic

Text: redakce Perfecte

Miniinvazivní omlazující zákroky nebo chcete-li anti-aging medicína bývá v Čechách doménou žen - lékařek. Na západ od nás už tomu tak není, a protože Perfect Clinic je pokroková klinika, stojí v čele esteticko-dermatologické sekce muž - lékař. Jmenuje se JAN KUČERA a s ženským obličejem - to převážně - dokáže zázraky. Tedy téměř. Předělat výraz tváře, i když zázračně, přece nikdo z nás nechce.

Co je pro vás na dermatologii, kterou milujete, nejlákavější?

Dermatologie je skvělá v tom, že na jedné straně jsme specialisté na jednu část těla. Musíme rozumět kůži do všech detailů. Ale na druhé straně zase pracujeme s mnoha léčebnými metodami a přístroji. Tato úzká specializace spolu s terapeutickou komplexností mě opravdu baví. Naši klienti mají často zdánlivě jednoduché přání - vypadat lépe nebo mladší. A kouzlo naší práce spočívá v tom, že každému člověku musíme na míru ušít tu nejlepší kombinaci různých metod, abychom jeho přání splnili, vylepšili to, co je potřeba, a výsledek byl elegantní a celý proces bezpečný.

Už sama kombinace metod klade značné nároky na zkušenost, a ta zase rozhoduje o kvalitě výsledku. Co vlastně odlišuje dobrého dermatologa od průměrného?

Nadšení pro obor. To je myslím základ pro jakoukoli práci. Pokud člověka baví to, co dělá každý den, a chce se rozvíjet, je to z dlouhodobého hlediska nejdůležitější. Jistě, obrazová paměť, estetické citění, pečlivost a smysl pro detail jsou v dermatologii důležité, ale především to musí člověka bavit.



Víme, že vás baví poznávat a studovat nové věci a poznatky v oboru. Existuje pro vás něco, čemu se říká trend v estetické dermatologii?

Každý rok máme spoustu novinek. Pokrok ve vědě přináší nové přístroje i nové injekční přípravky. Ale obecně je současným trendem určitě snaha o elegantní a nenápadné estetické zákroky - tak říkajíc, aby klient vypadal dobře, ale laik nepoznal, kde mu právě něco píchli nebo ošetřili. A já v tento trend velmi věřím. Stále více se také zvyšuje tlak na to, aby zákroky byly co nejméně invazivní, tedy, aby klient mohl jít druhý den po zákroku

do práce, nebo aby mu na zhojení stačil maximálně prodloužený víkend. A to už dnes ve většině případů není problém.

Říkáte, že novinky jsou téměř na denním pořádku. Máte nějaké eso v rukávu? Asi bych to nenazval esem v rukávu, ale velmi mi pomáhá zdravá míra skepse. Právě proto, že se objevuje spousta novinek a nápadů, je důležité mít dostatek důkazů, že něco funguje a hlavně, že je to pro pacienta bezpečné, než to začneme používat. Provádím hodně injekčních metod, jako jsou výplně kyselinou hyaluronovou nebo injekce botulotoxinu,



ale spoustu problémů těmito metodami vyřešit nelze. Vždy je třeba použít ideální nástroj pro daný problém. Vyhnout se situaci z mého oblíbeného rčení: "Pokud máte jen kladivo, pak každý problém vypadá jako hřebík". Místo jednoho esa v rukávu je tedy užitečné mít v ruce celou řadu různých karet a pak mít pro každou situaci ten správný trumf.

Pamatujete si na svůj první zákrok či vyšetření, které jste provedli? Kožní vyšetření jsem dělal jako student medicíny, ale chirurgické zákroky v Čechách studenti běžně nedělají. Měl jsem ale to štěstí, že jsem „si první znaménko vyřízl“ ještě na medicíně, když jsem byl na stáži v rámci programu Erasmus ve Francii. Tam mají medicíni větší praktický výcvik než u nás a mohou provádět drobné zákroky pod dohledem lékaře. Byl to docela zážitek, dělat poprvé nějaký zákrok a zároveň muset vést konverzaci s ležícím pacientem v lámané francouzštině, těžko říct, kdo z nás z toho byl víc nervózní.

Ne vždy je výsledek omlazení jen umem lidských rukou, zmiňoval jste pomocní

ky v estetické dermatologii, kterými jsou přístroje. I tady existují novinky, které stojí za představení?

V letošním roce jsme do našeho portfolia přidali přístroje na bázi radiofrekvence – jak invazivní jehličkovou radiofrekvenci, tak neinvazivní radiofrekvenci. Tyto přístroje pomáhají zpevnit a vyhladit pokožku a také mírně odbourávají podkožní tuk a zlepšují celulitidu. Obvykle se používají na povadlé tváře, podbradky, ale i na kůži na těle a končetinách. A máme také vůbec nejsilnější pulzní světlo (IPL) na trhu, které se používá k odstranění pigmentací a rozšířených žilek. Právě tento přístroj je velmi účinný, vyžaduje pouze dvě opakování, má dlouhodobý účinek a minimum nežádoucích účinků. ×

POPULÁRNÍ ZÁKROKY V PERFECT CLINIC

Jednoznačně jsou to výplně kyselinou hyaluronovou a ošetření botulotoxinem. Ty řeší vrásky, stárnutí obličeje, asymetrie a zlepšují proporce obličeje a rtů. Těsně na druhém místě jsou laserová ošetření, od vyhlazení pleti a jizev až po odstranění nežádoucích chloupků. A na třetím místě jsou ošetření pigmentací nebo jemných vrásek pomocí přístrojů, jako je IPL, nebo prostřednictvím ošetření chemickým peelinglem či mikrojehličkováním.



Přístrojové metody v estetické dermatologii



FORMA

Poskytuje radiofrekvenční ošetření, způsobující neinvazivní vypnutí kůže obličeje, krku a těla. Využívá radiofrekvenční energii a teplo ke zlepšení pružnosti pokožky a tvorbě kolagenu v kožních vrstvách prostřednictvím hluboké stimulace tkání. Ošetření je bezbolestné a působí relaxačně. Dalo by se připodobnit masáži lávovými kameny. Při ošetření drobnějších partií (obličej, krk), může být výsledek vidět již od druhého týdne po zákroku. Na těle mohou být výsledky znatelné od tří týdnů do třech měsíců od ošetření. K dosažení ideálního efektu je potřeba až šest aplikací s frekvencí jednou týdně. Výsledky vydrží minimálně rok a pro zachování efektu se může během roku provést udržovací aplikace.

RADIOFREKVENČNÍ PŘÍSTROJE BODY FX A FORMA

pomohou s přebytečným tukem, povislou kůží i celulitidou.

BODY FX

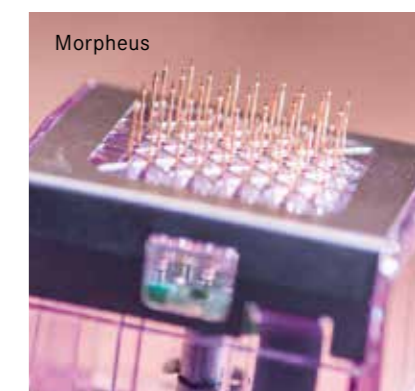
Funguje na principu pokročilé technologie v podobě hloubkové radiofrekvence. Ta využívá tepelnou energii k „rozpuštění“ a redukci tuku v podkoží. Jako jeden z mála přístrojů na našem trhu zároveň pomáhá i vypínat a tvarovat pokožku a tím výrazně redukovat celulitidu. Jedná se o časově nenáročnou metodu. Ošetření jedné partie trvá cca 30 minut. K dosažení výrazného efektu se doporučuje až šest aplikací v rozsahu dvou návštěv týdně. Finální výsledky zákroku uvidíte od tří do šesti měsíců po aplikaci. Po zákroku je ale důležité dodržovat zdravý životní styl. Pravidelně cvičit a zdravě jíst. Tělo by si totiž mohlo přebytečné kalorie uložit do tukových buněk po těle, které nebyly ošetřeny.



Lumecca IPL, zdroj: www.lipmedspa.com

LUMECCA

Je přístroj, který využívá intenzivní pulzní světlo (IPL) k omlazení a zlepšení vzhledu pokožky. Zlepšuje problémy s pigmentací, stařeckými skvrnami, metličkami či s růžovkou. Lumecca má tu nejintenzivnější technologii IPL na trhu. Při ošetření proniká světelná energie do všech vrstev pokožky, aniž by poškodila její povrch. Většina pacientů může vidět výrazné zlepšení pokožky již po prvním zákroku. Výsledky vy-



Morpheus

drží minimálně rok a pro zachování efektu se může provést opět během roku udržovací aplikace. Ošetření přístrojem Lumecca nezpůsobí následné zarudnutí či sloupání pokožky, což ocení každý, kdo se potřebuje rychle vrátit mezi lidi.

MORPHEUS 8

Je revolucí na poli mikrojehličkové radiofrekvence. Tato miniinvazivní metoda díky aplikaci radiofrekvence do kůže a podkoží pomoci jemných pozlacených jehliček pokožku viditelně zpevňuje, zlepšuje její strukturu a pleť omladí. Během procedury zároveň prohřívá horní vrstvu kůže, v níž výrazně zvyšuje produkci kolagenu a elastinu! Výsledkem je pak zlepšení textury pleti, redukce vrásek nebo ošetření vpadlých jizev. Pokožka má jednoznačně mladistvější vzhled. K dosažení požadovaných výsledků se doporučují až tři sezení. Na drobné dermatologické zásahy, jako jsou rozšířené póry či drobné vrásky stačí i dvě sezení. Výsledky opět vydrží minimálně rok a pro zachování efektu se může provést udržovací aplikace. ×

Otoky nohou není radno podcenit

Text: redakce Perfecte

Otoky a pocit těžkých nohou by vás měly přimět k vyšetření cév. Mohou být totiž příznakem žilního onemocnění. Tím trpí každý třetí člověk mezi 18 a 40 lety a ve věku 41 až 60 let je to dokonce téměř každý druhý. Jde o stav, kdy se všechna krev nevrací zpět k srdci, ale část zůstává dole a způsobuje právě otoky, pocit těžkých a bolavých nohou. Otoky, metličky a následně křečové žíly trápí 50 – 60 % dospělé populace žen a 20 – 30 % dospělých mužů.



PÁR TIPŮ, JAK KŘEČOVÝM ŽILÁM PŘEDEJÍT

Díky genetické dispozici absolutní prevence neexistuje. Ale za vznik i zhoršení křečových žil mohou i další vlivy, které ovlivnit lze. Nezdravý životní styl, nedostatek pohybu, nadváha, dlouhodobé stání nebo naopak sezení určitě cévnímu systému neprospívají. Naopak přínosem bude sprchování střídavě studenou a teplou vodou, přičemž studenou vodou by se mělo končit. Taková sprcha zlepší krevní oběh i krevní tlak. Při dlouhém sezení je dobré podpořit lepší cirkulaci krve třeba krouživými pohyby chodidel. Dobré je si i denně udělat přestávku a na 15 minut si dát nohy nahoru, anebo ještě lépe – jít se na chvilku projít. Při sezení nekřížte nohy, to totiž způsobuje špatné proudění krve. Zkuste do stravy zahrnout více potravin, které obsahují vitamín E a C, lecitin, koenzym Q 10 a rutin. Mezi potraviny působící blahodárně na žilní systém patří například cibule a česnek, pohanka, grep, rajčata, šípky, černý rybíz nebo červená řepa. Nejlepší prevencí je dostatek pohybu. Pokud však člověk již křečové žíly má, měl by se vyhnout sportům se statickou zátěží, například vzpírání. Vhodné je plavání, jízda na kole nebo rychlá chůze.

MODERNÍ DIAGNOSTIKA ŽILNÍHO ONEMOCNĚNÍ

Jde o komplexní, úvodní vyšetření, jehož výsledkem je návrh léčby žilního onemocnění. Úvodní vyšetření zahrnuje stanovení anamnézy na základě otevřeného a pravdivého rozhovoru. Následně lékař základními vyšetřovacími postupy posoudí celkový stav pacienta a především funkčnost tepen a žil. Zásadní vyšetřovací metodou obecně žilního onemocnění je tzv. duplexní ultrasonografie, která poskytuje přesnou informaci o průběhu žil (mapování), rozšíření žil, refluxu a umí

také odhalit komplikující stavy žilního onemocnění. Ultrazvuk chirurgovi zase umožní zvolit nevhodnější chirurgickou metodu a naplánovat rozsah chirurgického výkonu. Pomocí ultrazvuku se následně provádí i kontrola úspěšnosti léčby.

KONZERVATIVNÍ LÉČBA KŘEČOVÝCH ŽIL

Nejběžnější pomůckou jsou kompresivní punčochy, které pomáhají vytvářet tlak a tím v podstatě nahrazují pevnost žilní stěny. Křečové žíly díky jejich nošení nezmizí, ale nezhorší se a mohou plnohodnotně fungovat. Na akutní obtíže jako je bolest či otok pomáhají také léky dostupné ve formě tablet, krémů či gelů. Existují také bylinné směsi vhodné k obkladům či ve formě čaje. Součástí léčby křečových žil by měl být dostatek pohybu a omezení dlouhodobého stání a sezení. Pokud nejsou výsledky konzervativní léčby uspokojivé, přechází se k operačnímu řešení. ✕

DRUHY OPERAČNÍCH ZÁKROKŮ A JEJICH SPECIFIKA

Pro běžného pacienta je naše vysvětlení poněkud odbornější, ale pomůže vám se orientovat v nabídce zákroků na trhu estetické medicíny a bude umět rozlišit mezi jednotlivými pojmy čili zákroky.

Sklerotizace představuje nenáročný zákrok, který se využívá k odstranění tzv. metliček a retikulárních křečových žil. Význam sklerotizace spočívá především v estetickém efektu. Během zákroku aplikuje lékař do žíly sklerotizační látku, která uvnitř vyvolá sterilní zánět. V důsledku toho se cévní stěna slepí a následně přemění ve vazivový pruh.

Mechanicko-chemická ablace žil odstraňuje křečové žíly pomocí zařízení ClariVein. To kombinuje mechanické narušení vnitřní výstelky cévní stěny se sklerotizací pomocí pěny. Hlavními přednostmi mechanicko-chemické ablace varixů je bezbolestnost a šetrnost.

Laserové odstranění křečových žil – EVLA je metodou, při které se mění energie světelného paprsku na teplo, proto se také nazývá endovenózní laserová ablace. Během ošetření cévy dochází k varu krve, přehřátí přilehlé části žilní stěny a narušení kolageních vláken, přičemž okolní struktury zůstávají nepoškozené. V důsledku toho dochází ke smrštění nebo až zatavení ošetřované žíly.

Kosmetická miniflebectomie spočívá v chirurgickém odstranění jednotlivých varikózních větví. Může se kombinovat se sklerotizací či dalšími ošetřeními.

VenaSeal™ Closure System využívá k odstranění křečových žil tkáňové lepidlo Cyanoakrylát. Při jeho použití dochází mezi cévní výstelkou a tkáňovým lepidlem k polymeraci, a v důsledku toho k okamžitému uzávěru žíly. Vzniká zánětlivá reakce cévy a jejího okolí, céva se pak postupně mění na pojivovou tkáň.

RFA (radiofrekvenční ablace žil) spočívá v zavedení katetru s radiofrekvenční sondou do postižené žíly za použití systému VNUS™ Closure Fast. Obvykle k tomu postačí drobný vpich v místním znecitlivění, kdy se přes pumpu po průběhu žíly aplikuje zředěné anestetikum. Radiofrekvenční sonda se postupně vytahuje, přitom dochází ke kontrolovanému uzavření žíly. Následně se pomocí drobných vpichů odstraňují speciálními háčky větvičky křečových žil.

Splněné přání Anety Krejčíkové

Text: redakce Perfecte

„Myslím si, že když se žena cítí hezky a sebevědomě, tak se automaticky zvýší i kvalita života.“



Herečka Aneta Krejčíková se blýskla v seriálu Volha a její roli se nevyhnuly milostné scény. V médiích přiznávala nervozitu.

„Například před nahýma scénama si musím dát panáka! Přitom jsem zapsaná jako »ta herečka, které nevadí se svléknout«. Jsem exhibicionista, ale není to vždy úplně jednoduché“, prozradila deníku Blesk.

Ačkoliv Aneta přiznává „odvahu“ svléknout se, není na tom, co se vnímání vlastního těla týče, o mnoho jinak, než zbytek žen. I ona zvažovala poměrně dlouho, jak se v něm cítit lépe. A pomohla plastická operace prsou v Perfect Clinic.

„Očekávání jsem úplně konkrétní neměla, jen jsem si strašně přála cítit se hezky nahá a to se, alespoň v oblasti těla po operaci splnilo.“

V případě herečky šlo o modelaci prsou, kdy se prs pozvedne a vrátí se mu jeho mladistvý a pevný tvar.

„Trvalo mi celkem dlouho, než jsem se rozhodla. Uvažovala jsem o tom ještě před dětmi, nakonec jsem rada, že jsem šla až po. Vždy, když jsem shodila par kilo tak to na těch prsou bylo znát.“

Dneska je maminka dvou dětí spokojena nejen se svým tělem, a k tomu má motivaci na svých křivkách dál pracovat.

„Myslím si, že když se žena cítí hezky a sebevědomě, tak se automaticky zvýší i kvalita života. Potřebovala bych teď cvičit a nahnat

kondici, nejen kvůli vzhledu a zpevnění těla, ale i pro ten pocit. Pohyb celkově pomáhá jak zdravotně, fyzicky, tak psychicky. Takže to je jediné co mi teď chybí ke štěstí.“ ×

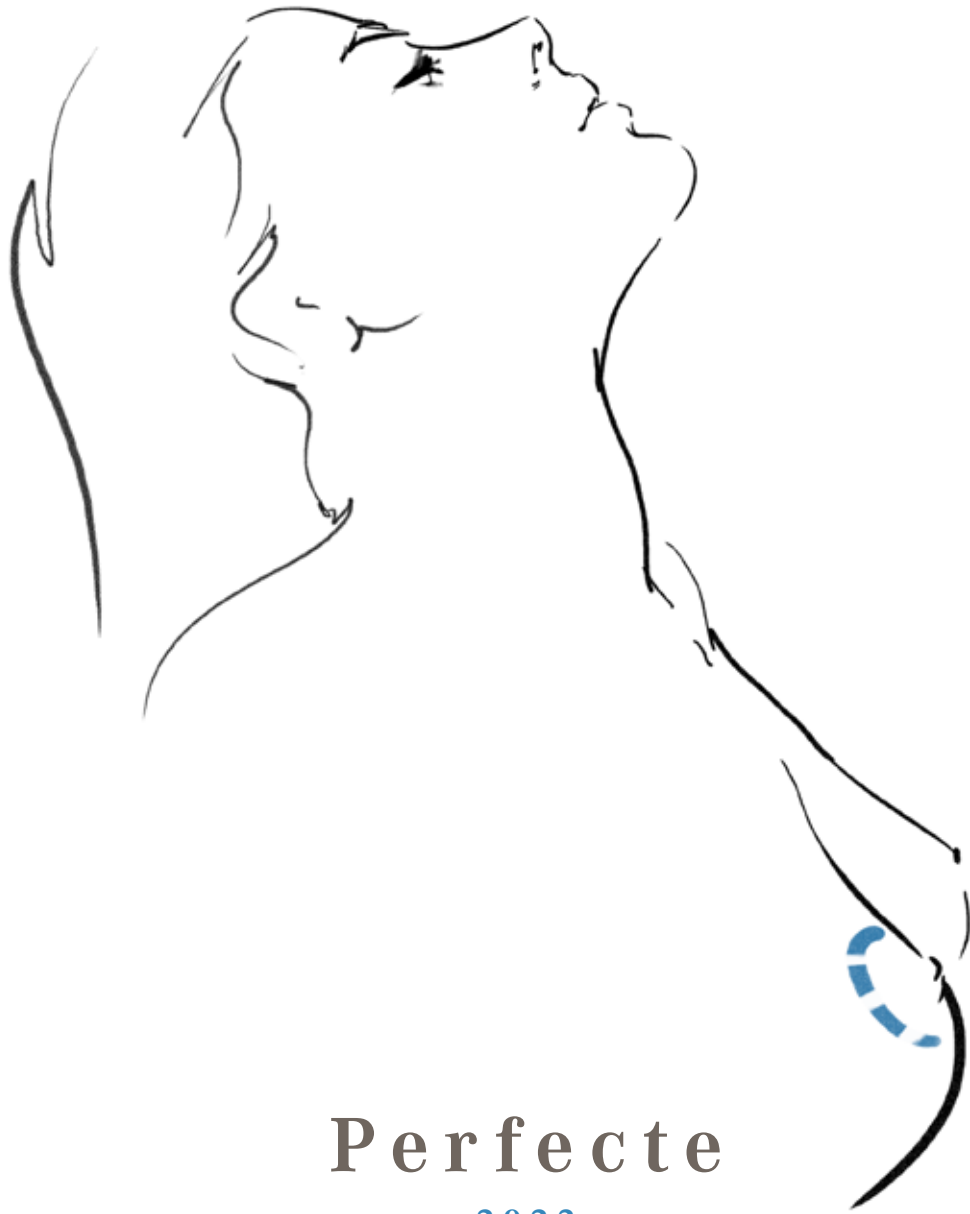


Podcast Perfect Talk

-PERFECT
TALK

Poslechněte si rozhovory nejen s našimi lékaři, ale i s dalšími zajímavými hosty na téma krásy a životního stylu. Jednotlivé díly najdete nejen na našem webu, ale i na Spotify, Apple Podcasts a dalších běžných podcasts aplikacích.





Perfecte

2023

perfectclinic.cz