**Přemýšlíte o zvětšení prsou?**

**5 důležitých kroků pro atraktivní dekolt**

**Operace prsou patří u nás k nejpopulárnějším zákrokům v estetické medicíně. Ročně jí podstoupí tisíce žen v ČR. Pokud se již žena rozhodne pro zákrok, je důležité se na něj připravit jednak výběrem vhodného lékaře a jednak si udělat představu o tom, jak chceme, aby prsa po zákroku vypadala. Jak tedy dosáhnout skvělého výsledku?**

Samy ženy často považují svá ňadra za symbol ženskosti, mateřství a smyslnosti. Mohou je ale také vnímat jako zdroj frustrace, nespokojenosti a nízkého sebevědomí. To tehdy, když nejsou spokojeny s jejich tvarem nebo velikostí. Neexistuje však žádné obecné měřítko, které by přesně definovalo, co je krásné a atraktivní. S lehkou nadsázkou můžeme říct, že kolik žen, tolik tvarů a tolik různých názorů v otázce estetiky prsou. „Proto je klíčový individuální přístup ke každé ženě, která se rozhodne pro změnu vzhledu svých prsou chirurgickou cestou. Cílem je, aby se žena po augmentaci cítila ve svém těle příjemně, sžitá s výsledkem proměny. Změna se neděje jen na úrovni fyzické, ale významně ovlivňuje také psychiku,“ říká plastický chirurg Roman Kufa z Perfect Clinic.

**„Vyjasnit“ si, jaká prsa chceme**

Kulatá, velká, malá, plochá nebo povislá? Umístěná daleko od sebe nebo naopak blízko, vysoko nebo níž? Nepatrná či výrazná asymetrie? Je mnoho možností a ženy by měli vědět, že mají různé alternativy a nebát se vše s lékařem do detailu probrat. „*Pacientky často své požadavky definují termíny jako přirozená prsa nebo vzhled s push-up efektem. Což je jen velmi obecný popis, kterému musíme dát v rámci konzultace jasné kontury. Co je například přirozený vzhled pro jednoho, může být pro jiného nepřijatelné. Rozdílné představy jsou také v detailech, některé ženy důsledně řeší např. vzhled mezery mezi prsy nebo umístění a velikost dvorců*,“ popisuje požadavky žen MUDr. Roman Kufa.

**Pozor na nereálné očekávání**

Někdy se však mohou očekávání pacientky mírně lišit od reálných možností zákroku, které jsou do určité míry limitovány individuální tělesnou konstitucí. Zkušený plastický chirurg by však měl pacientku na případné limity včas upozornit. Během konzultace se tedy nestyďte lékaři klást otázky. Cílem je, abyste si vzájemně vyjasnili požadavky a reálné možnosti zákroku a také, aby vás lékař seznámil se vším, co zákrok obnáší.

**Správný výběr lékaře**

Důležitým krokem je i výběr certifikovaného plastického chirurga, který svou praxí získal cenné zkušenosti a dokáže řešit případné komplikace během zákroku nebo po něm. Zajímejte se proto o četnost provedených operací prsou. Zkušený plastický chirurg jich bude mít ročně stovky. Výběr lékaře je významný moment, tento krok máte zcela ve své kompetenci. Dobře zvolený plastický chirurg vám během konzultace navrhne řešení, vše srozumitelně vysvětlí, zodpoví vaše dotazy a v případě obav vám bude oporou. Pokud si nejste jistá, můžete absolvovat více konzultací a rozhodnout se na základě vlastní zkušenosti. Důležitá je důvěra v operatéra.

**Jaký zvolit typ implantátů?**

To, jaké implantáty jsou pro vás nejvhodnější by měl být krok plastického chirurga. Ten pečlivě vyměří proporce prsou a hrudníku pacientky. Řeší také stávající tvar a velikost prsou a také proporce vůči celkové siluetě těla. Na základě tohoto měření a také vlastních zkušeností lékař navrhne konkrétní typ a velikost prsních implantátů pro docílení potřebného efektu. Jaké jsou možnosti?

**Kapka nebo Push-up?**

Mnoho žen nyní volí vzhled prsou přirozený. tzn. silueta připomíná tvar kapky. Podmínkou však je například dostatečné množství a dobrá kvalita prsní tkáně či optimální výška podprsní rýhy a samozřejmě vhodně zvolená operační technika. Jiné je to u prsou nedokonalého tvaru, tam má své opodstatnění anatomický implantát.

Některé ženy si naopak přejí zákrokem dosáhnout výrazné změny, chtějí docílit tzv. push- up efektu, kdy výsledek připomíná vzhled prsou podepřených push-up podprsenkou. Push-up vzhled máte možná spojený s mediálními ikonami 90. let. Oproti této době, kdy byla augmentace prsou doménou filmových hvězd, se možnosti plastické chirurgie rozšířily a pozměnila se i estetická měřítka. „Zatímco dekolty hollywoodských krásek v minulosti často zdobily kulaté implantáty s viditelnými hranami, je současnou optikou tento detail považovaný za neestetický. Dnes lze docílit sexy plného dekoltu i u velmi štíhlých žen sofistikovaněji – bez ostrých hran či viditelného vlnění Augmentaci s tímto výsledkem je možné provést ženám, které mají prsa pěkného tvaru, ale malého objemu.“ upřesňuje MUDr. Roman Kufa.