**Liposukcí neshodíte přebytečná kila ani „pivní břicho“**

**Chirurgové prozrazují další časté mýty a otázky ohledně liposukce**

Liposukce patří k velmi běžným zákrokům v estetické medicíně. Ale i tak patří k procedurám, o kterých „koluje“ mnoho mýtů a otázek. Jako je například: Shodím liposukcí přebytečná kila? Je výsledek hned vidět? Zmizí mi celulitida… apod. MUDr. Jakub Miletín z Perfect Clinic prozradí to, co je důležité k tomuto zákroku vědět.

**Liposukce není dieta**

Nejčastější otázkou bývá, zda lze liposukcí zhubnout. „Ano, lidé „zhubnou“, ale více než na váze je výsledek vidět v zrcadle. Tento zákrok je především o formování postavy. Rozhodně liposukce není řešením pro lidi s obezitou, kteří se před tím nesnažili o shození kil dietou či pohybem. Vhodným kandidátem na liposukci je člověk, který dosáhl své „ideální“ váhy. A již se snaží zbavit pouze přebytečných tukových polštářů, kterých se nelze zbavit běžným cvičením či dietou,“ vysvětluje MUDr. Jakub Miletín z Perfect Clinic.

**Pomůže liposukce s celulitidou?**

Liposukce není metoda určená pro léčbu “pomerančové kůže”. Zbaví podkožního tuku, někdy trochu zpevní podkožní tkáň vlivem jizvení. Kůži liposukce příliš nepomůže, naopak, pokud kůže není dostatečně elastická, může se vlivem nedostatku tukové tkáně vrásnit a celulitidu připomínat. U vláčné a elastické kůže, kdy pomerančovou kůži podmiňuje především lipedém, tedy problematický polštář podkožního tuku, může liposukce pomoci. Vždy je třeba se podrobně poradit s plastickým chirurgem.

**Odrovná liposukce tuky navždy?**

Lákalo by říci: „Ano, tukové buňky budou navždy pryč”, ale je zde jedno důležité „ale“. Průměrný člověk má kolem třiceti miliard tukových buněk. Tyto buňky střádají nebo uvolňují tuk a podle toho se zvětšují nebo zmenšují. Pokud přibíráme na váze, tuková buňka se plní tukem, až dosáhne přibližně čtyřnásobku své normální velikosti. Více se zvětšit nemůže a pokud zvýšená nabídka tuku trvá, rozdělí se na dvě. A tak pořád dál a dál. Naopak to bohužel nefunguje. I když sportem a dietou většinu tuku shodíme, počet buněk zůstane stejný, jen budou prázdné čekat na nabídku tuků.

„Liposukce odstraňuje tukové buňky v cílených oblastech. Vzhledem k výše řečenému, pokud bude pokračovat zvýšený kalorický příjem, může být její efekt dočasný, nejprve dojde ke zvětšení zbylých tukových buněk a následně ke zvýšení jejich počtu. Nicméně opětovné tloustnutí po liposukci trvá déle než po zhubnutí dietou a pohybem. Nejlépe je ale na liposukci navázat vyváženým kalorickým příjmem a výdejem a nový tvar těla si udržet,“ říká MUDr. Jakub Miletín. Liposukce je tedy ideální metoda pro lidi, kteří umí dodržovat správný životní styl.

**Je výsledek liposukce vidět hned?**

Liposukce je invazivní zákrok. V prvních týdnech proto bývá v operovaných místech otok a výsledek tak není vidět hned. Důležité je nosit kvalitní kompresní prádlo.  Kontrola po zákrocích bývá nejčastěji po čtrnácti dnech a následně po šesti týdnech, když již můžeme hodnotit efekt, který se ale ještě v průběhu další doby mění. Teprve po třech až šesti měsících je efekt trvalý.

**Bolí to?**

Pooperační bolesti po liposukci lze tlumit analgetiky, kompresním prádlem a klidovým režimem. Pro pacienty, kteří mají přesto z bolesti obavy, je vhodná metoda **Body Jet nebo Water Jet**, tedy liposukce asistovaná vodním paprskem. Tkáň je zde rozrušována proudem vody s obsahem anestetika. Tento druh liposukce je šetrnější ke tkáním a míří přímo na postižené místo, poškození tkáně tak není rozsáhlé a hojení je mnohem rychlejší a téměř nebolestivé.

**Pomůže liposukce na mužské „pivní“ břícho?**

Mnoho mužů podstupuje liposukci. Je však potřeba brát v úvahu odlišné rozložení tuku v mužském těla. Vypouklý “pivní pupek” je podmíněn ukládáním tuků uvnitř břišní dutiny, mezi útrobami. A zde odsávat nemůžeme, liposukce pracuje pouze s podkožním tukem. Zjednodušeně lze říct, že aby pomohla liposukce, musíte být schopni danou partii stisknout v ruce. Muži si nejčastěji nechávají odsávat boky nebo partie nad hýžděmi. Proti nitrobřišnímu tuku pomůže pouze zdravý životní styl a pohyb.