18+

Андрей Аникеев



Как изменить свою внешность и сохранить здоровье!

Все плюсы и подводные камни пластической хирургии

Клуб Успешных Врачей

Андрей Анеликов

Как изменить свою внешность и сохранить здоровье! Все плюсы и подводные камни пластической хирургии

«Издательские решения»

Аникеров А.

Как изменить свою внешность и сохранить здоровье! Все плюсы и подводные камни пластической хирургии / А. Аникеров — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-591892-5

Андрей Аникеров — врач пластический хирург, специалист в области пластики груди и живота. В своей книге рассказывает о том, как улучшить внешность при помощи пластики без вреда для здоровья. Эта книга для тех, кто мечтает о привлекательной форме груди. Если вы хотите иметь красивый плоский живот и узкую талию, прочитайте главы о пластике живота. А для тех, кого беспокоят «мешки» под глазами и морщины вокруг глаз, есть уникальная информация в главах по блефаропластике.

ISBN 978-5-00-591892-5

© Аникеров А.
© Издательские решения

Содержание

Рубцы после пластической операции 11
Сочетанные операции 12
Конец ознакомительного фрагмента. 13

Как изменить свою внешность и сохранить здоровье! Все плюсы и подводные камни пластической хирургии Андрей Анеликов

© Андрей Анеликов, 2022
ISBN 978-5-0059-1892-5
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Как изменить свою внешности и сохранить здоровье!

Все плюсы и подводные камни пластической хирургии.

Приветствую вас, дорогие читатели! Благодарю за то, что нашли время полистать мою интересную книгу. Я очень старался в подборе материала. Уверен, что он будет очень полезным для всех, кто хоть раз в жизни задумывался о пластической операции. Для обратной связи со мной я оставил свои контакты на заднем обороте книги. Приятного чтения!

Меня зовут Анеликов Андрей Андреевич, я врач – пластический хирург. С детства хотел помогать людям, поэтому решил поступить в медицинский университет. Получил высшее медицинское образование, закончив с красным дипломом Первый Московский Государственный Медицинский Университет им. И. М. Сеченова (ПМГМУ им. Сеченова).

Прошел ординатуру по пластической и реконструктивной хирургии также на базе ПМГМУ им. Сеченова. В процессе обучения в ординатуре работал в частных клиниках пластической хирургии, стажируясь у лучших пластических хирургов Москвы. Мой опыт работы с 2017 года.

Пластическим хирургом решил стать, потому что люблю красоту и эстетику, получаю удовольствие, делая людей счастливыми и уверенными в себе.

Прочитав эту книгу, вы узнаете:

– На что нужно обратить внимание при выборе клиники и врача-пластического хирурга.
– Какие проблемы можно решить при помощи современной пластической хирургии.
– Какие результаты операции стоит ожидать.
– Как необходимо подготовиться к консультации пластического хирурга.
– С кем необходимо советоваться при принятии решения об операции.
– Как понять, нужна ли вам пластическая операция.
– В какое время года лучше всего оперироваться.
– Через какое время после операции можно заниматься интимной близостью.
– Как необходимо спать после пластической операции.
– Как будут выглядеть рубцы после операции.
– Можно ли сделать несколько пластических операций за один наркоз.
– На каких операциях я специализируюсь, и интересные факты об этих операциях.
– Как проходит подготовка к операции, и день самой операции.
– Сколько длится период реабилитации.
– Правду и мифы о пластической хирургии.

На что нужно обратить внимание при выборе клиники и врача-пластического хирурга

В настоящее время сложно найти хорошую клинику/врача, которому можно доверять. На рынке услуг очень много предложений, однако большинство из них оставляют желать лучшего. Во многих местах вам начинают обещать все что угодно, лишь бы вы заплатили деньги. Врачи невнимательно слушают вас, не смотрят на ваши анатомические особенности, берутся за любую операцию, даже если ни разу в жизни её не делали – прочитали дай бог в книжках пару раз. В общем, относятся к пластической хирургии в первую очередь как к бизнесу и как к зарабатыванию денег.

Где же сейчас любой обыватель находит информацию? – конечно же, в интернете. Да, в настоящее время это самый удобный и распространенный ресурс. Но в интернете много непроверенной информации, зачастую от дилетантов. Каждый день приходится успокаивать пациенток и развеивать мифы, о которых они начитались на непонятных сайтах в интернете. Поэтому мой совет – читайте официальные источники: научные статьи, журналы, смотрите видео с конференций, проверенные «титулованные» сайты под эгидой РОПРЕХ.

Будьте реалистами. Сегодня можно часто встретить инфомацию о безоперационных методиках – большинство людей, воспользовавшихся этими предложениями, приходят потом на переделки. Да, начинать всегда нужно с малого: спорт, косметология, но без фанатизма. Но вы должны понимать, что не все проблемы с внешностью можно решить безоперационными методами.

Всегда нужно фильтровать информацию и, если вы сомневаетесь, слушать мнение сразу нескольких специалистов, так как вам могут предложить дешевые непроверенные методики, которые могут нанести вред организму.

Какие проблемы можно решить при помощи современной пластической хирургии

Современная пластическая хирургия способна решить большинство ваших запросов по поводу внешности. Пластическая хирургия помогает избавиться от комплексов, и обрести уверенность в себе. Хотя еще несколько лет назад, особенно в России, к пластической хирургии относились скептически.

В России это вообще достаточно молодая специальность, её ввели только в 2011 году, благодаря Николаю Олеговичу Миланову – первому директору кафедры пластической хирургии ПМГМУ им. Сеченова. Как раз той самой кафедры, на которой я проходил обучение.

Сегодня пластическая хирургия идет в ногу со временем. Современные импланты, инструменты, технологии, оборудование, исследования – все это гарантирует в первую очередь безопасность операции, а также качество и стабильность в достижении результатов. И здесь, конечно, двигателем прогресса являются запросы пациентов касаемо идеалов красоты.

Ведь все мы с вами знаем, на сколько важно для молодых девушек выглядеть привлекательно. А как важно для женщин после родов и грудных вскармливаний вернуть себе прежние формы и подтянутое тело. Ведь роды и воспитание деток – это не повод перестать следить за своей красотой. И я могу предложить вам решение всех ваших проблем, касающихся внешности.

В моей практике было несколько случаев, когда молодые девушки испытывали комплексы по поводу маленького размера груди – это было для них проблемой в построении отношений с парнями. А через какое-то время после операции они приходили на осмотр и рассказывали, что сразу после операции стали чувствовать себя увереннее, раскрепощеннее, завязались серьезные отношения, и вот они уже готовятся выйти за муж.

А сколько было историй, когда после 2—3 родов у женщины менялась внешность (грудь обвисала, формировались складки на живота, кожа сильно растягивалась, лишний вес не уходил) – появлялись проблемы в интимной близости с мужем, а после операции они уже вместе с мужем довольные приходили на осмотры.

Какие результаты операции стоит ожидать

Но вы должны быть реалистичны в отношении послеоперационных результатов. Мы все индивидуальны. Двух абсолютно одинаковых людей не бывает. И хирурги не боги. Приходить к хирургу и просить сделать ей точно такую же грудь как, например, у её подруги, или как на фотографии из интернета, – неправильно. У одних грудная клетка широкая, у других узкая, у одних высокая, у других низкая, форма грудной клетки может отличаться, ширина грудины и, соответственно, межгрудное расстояние разное, наличие или отсутствие своих тканей – все это отражается на конечном результате.

Один и тот же объем и форма имплантов на двух разных девушках могут смотреться абсолютно по-разному. Таким образом, нужно делать не как у кого-то, а так, как будет правильно и красиво конкретно для вас. И вообще, для каждой операции есть свои показания и противопоказания. Если показаний нет – лично я отказываю в операции. Не провожу операцию ради операции.

Так же не должно быть проблем со здоровьем. Я считаю, что на первом месте комфорт и безопасность пациента, поэтому если на предоперационном обследовании выявляется какая-то проблема – я так же отказываю в операции.

А вот пациентки, которые приходят с реальными запросами, знают о своих особенностях и асимметрии, реалистичны в ожиданиях, знают чего хотят, понимают свою индивидуальность – всегда остаются довольны.

Готовьтесь к консультации, читайте проверенный медицинский контент. Приходите на консультацию обязательно со списком вопросов. В таком случае консультация будет наиболее информативной и эффективной, вы с врачом будете разговаривать на понятном друг для друга языке, доктор учтет все ваши пожелания и тогда получится результат, которым будет доволен и врач, и вы.

Но многие пытаются сэкономить, идут к плохим специалистам, неопытным, некомпетентным и недобросовестным докторам. И как вы уже догадались – последствия всегда печальные. Есть такое выражение – успех кроется в мелочах.

Но те, кто грамотно подходит к выбору доктора и не ведется на заниженные ценники – получают сразу хороший результат и ходят довольные всю жизнь.

С кем необходимо советоваться при принятии решения об операции

Многие девушки задумываются о пластической операции, но никак не могут решиться. Причиной тому может являться давление со стороны семьи, родственников, друзей и подруг. Больше всего меня удивляет, когда советы начинают раздавать люди, которые вообще ничего знать не знают о пластической хирургии. Начинают нагнетать, выдумывать какие-то истории негативные: зачем это тебе надо, ходи такой, какая есть, и так далее. Поэтому, когда девушка приходит на консультацию не одна, а, например, с мужем или подругой, то я вначале внимательно смотрю: они пришли с пациенткой в качестве группы поддержки, или в качестве якоря. И если второй вариант, то я прошу покинуть кабинет и общаюсь с пациенткой наедине.

Однажды ко мне на консультацию пришла пациентка на консультацию по ринопластике, сделал ей компьютерное моделирование, пациентка сидит улыбается, ей все нравится, а подруга сделала такое лицо, будто я ей вместо носа другой орган какой-то нарисовал. И понеслось: да ты на себя не похожа, да зачем это нужно, и так далее. Я попросил подругу удалиться. В итоге пациентка сказала, что это именно та форма носа, о которой она мечтала, я её прооперировал, и пациентка осталась довольна. А все почему? Потому что я слушал пациентку, а подруга нет. Она только критиковала её выбор.

А бывает и другая ситуация: когда муж приводит жену и давит на нее, что бы она сделала грудь. Нравятся ему, видите ли, пышные формы, а у жены 1 размер. А сама девушка всю жизнь ходила с этим своим 1 размером и была довольна! В таких случаях я прошу мужа удалиться из кабинета, объясняю женщине, что сама она оперироваться не готова и не хочет, поэтому я не стану за неё браться. И советую поменять мужа.

Поэтому, вы должны принимать решение самостоятельно. Это ваше тело, и ходить с этим телом только вам. Менять что-то или не менять – решать только вам. Если вы приняли решение сами – точно будете довольны, и будете наслаждаться результатом.

Есть куча примеров, когда мужья и подруги были настроены скептически, но девушка все-равно слушала себя, шла на операцию, а после этого на операцию приходили и её подруги – бывшие скептики. Как оказалось, после операции подруги они увидели её результат, убедились, что ничего страшного в этом нет, все выглядит натурально, аккуратно, естественно и красиво, и пришли сами.

Как понять, нужна ли вам пластическая операция

Если вы смотрите на себя в зеркало, вам что-то не нравится, вы задумываетесь о пластической хирургии – значит, потенциально операция вам нужна. Если вы понимаете, что операция может повысить качество вашей жизни – она точно нужна.

Каждый случай я рассматриваю индивидуально. Например, когда приходит женщина с гармоничной грудью и понятно, что операция не даст вау-эффекта, и есть высокий риск того, что она будет недовольна – я отказываю в операции.

Бывают случаи, когда пациентка хочет ту или иную операцию, уже много лет о ней мечтает, но её начинают отговаривать родственники или подруги. В таких случаях я считаю, слушать нужно только себя. Хотите увеличить грудь, или изменить форму носа – вперед и с песней.

Но, к сожалению, так происходит не всегда. Многие девушки так и продолжают бояться своих желаний, откладывают на потом, а спустя время думают: я уже старая, кому я теперь нужна, теперь можно и ничего не делать, уже ничего не исправить, я лучше вначале потрачу на что то, а в последнюю очередь на себя и т. д. И большинство таких людей ходят-ходят грустными с мечтами о красивых формах тела, но так и не решаются, и остаются несчастными, с нереализованными мечтами.

В какое время года лучше всего оперироваться

Еще очень часто камнем преткновения становится сезонность. Почему-то бытует мнение, что оперироваться лучше зимой, в холодное время года. На самом деле это не так. С медицинской точки зрения нет никакой разницы, когда оперироваться. Процесс реабилитации будет проходить абсолютно одинаково. Рубцы так же формируются одинаково в любое время года, не зависимо от того, какая погода за окном.

Другое дело, что зимой вам морально легче соблюдать послеоперационные рекомендации. Летом ведь всем нам хочется ходить на пляж, загорать, готовить барбекю, выпить алкоголь и так далее.

Хотя, многие, наоборот, хотят операцию летом, так как именно в это время года сезон отпусков и можно спокойно отдохнуть и восстановиться после операции, например, на даче.

Поэтому в какое время лучше оперироваться – зависит только от вас и вашего желания. Как только вы будете готовы к операции – смело можете обращаться к пластическому хирургу, независимо от сезонности.

Я уверен, что после прочтения этой книги ваши страхи развеются, у вас в голове все разложится по полочкам. Надеюсь, вы получите ответы на все общие вопросы, и хотя бы 10% женщин после прочтения книги обретут уверенность в своих желаниях, и примут взвешенное решение касаемо пластической операции.

Интимная близость после пластической операции – когда можно?

Такой вопрос я часто слышу от своих пациенток. Если честно, я думаю, что интересует это абсолютно каждую, но некоторые пациентки просто стесняются спросить.

В целом, с медицинской точки зрения, противопоказаний для интимной близости после операции нет. Но, в любом случае, дайте своему телу отдохнуть некоторое время, ведь любая операция – это нагрузка на организм. Каждый человек индивидуален: кому-то для восста-

новления достаточно 2—3 дня, а кому-то требуется 1—2 недели. Как только пройдет слабость и болезненность – вы спокойно можете заниматься интимной близостью. Но аккуратно! Не забывайте, что если вам были установлены грудные импланты – их легко можно сместить, даже если вы занимаетесь этим в компрессионном белье. После абдоминопластики следует быть так же предельно осторожной. Любое давление на живот может привести к расхождению швов.

Как необходимо спать после пластической операции

Итак, вы решились на пластическую операцию и, конечно, помимо информации о самой операции, вам нужно знать об этапах подготовки и реабилитации. После операции я подробно расскажу вам о том, как будет проходить период реабилитации, и какие послеоперационные рекомендации необходимо будет соблюдать. Одна из самых важных рекомендаций – это сон на спине.

В связи с чем нужны такие ограничения? Об этом чуть ниже.

– Блефаропластика:

Мягкие ткани лица вокруг глаз всегда отекают после блефаропластики, наблюдаются небольшие синячки. Для того, чтобы ускорить схождение отеков, рекомендуется спать на спине в немного приподнятом положении. Очень важно не переворачиваться на лицо, таким образом вы не повредите швы и рубцы будут наименее заметны в будущем. Ограничения необходимо строго соблюдать в течение 2-х недель после операции.

– Ринопластика:

Сон на спине после ринопластики – самая главная рекомендация для сохранения стабильности результата. Если во сне упираться носом в подушку, постоянное давление сместит ось носа в сторону. Спать в таком положении после ринопластики необходимо на протяжении года! Из лайф-хаков: используйте подушку Beauty Sleep с бортиками в виде «ковша».

– Абдоминопластика:

Из особенностей реабилитации после пластики живота – сон на спине в полусогнутом положении, под углом примерно 45 градусов. Головной конец кровати приподнимается, а под коленки подкладываются подушки. В таком положении смягчается нагрузка на шов. Как только кожа живота достаточно растягивается – можно спать в обычном горизонтальном положении. Обычно это происходит в течение 2—3 дней.

– Пластика молочных желез:

В период реабилитации после маммопластики рекомендуется спать на спине, окружая себя по сторонам подушками. Это делается для того, чтобы в момент глубокого сна вы не перевернулись на грудь и не произошло смещение имплантов. Спать в таком положении необходимо в течение 6—8 месяцев после операции. За это время вокруг импланта сформируется капсула, и он уже никуда не сместится.

Рубцы после пластической операции

Многих девушек волнует то, что после операции останутся видимые рубцы. Хочу вас немного успокоить – все не так страшно, как вы думаете. Да, после любой хирургической операции рубцы остаются, но, если они сделаны в правильных местах и после операции за ними ухаживали должным образом – рубцы становятся практически незаметны.

В пластической хирургии есть несколько правил:

– Делать разрезы вдоль линий натяжения кожи (линий Лангера) – это позволяет наилучшим образом сопоставить края раны и обеспечивает минимальное натяжение тканей в послеоперационном периоде.

– Делать разрезы в «скрытных» местах, например, в естественных складках кожи. Таким образом после операции разрез «уходит» в складку и не бросается в глаза.

Так же очень важен послеоперационный уход за рубцами. В раннем послеоперационном периоде рекомендуется использовать силиконовые гели и пластыри на область разреза.

После того, как рубец сформировался (а это занимает от 8 до 12 месяцев) можно сделать лазерную шлифовку рубца.

Если и после этого вас не устраивает качество рубца, то на помощь приходит татуаж. Мастер подберет краску таким образом, что рубец «сольется» с окружающими тканями.

Поэтому не стоит бояться рубцов, на самом деле все далеко не так страшно, как вы думаете.

Сочетанные операции

В пластической хирургии очень широкую распространённость имеют сочетанные операции. Так мы (пластические хирурги) называем операции, когда за один наркоз происходит коррекция сразу нескольких зон тела.

Вариантов может быть много. Самые распространенные:

– Маммопластика + абдоминопластика

– Маммопластика + блефаропластика

– Абдоминопластика + липосакция

– Ринопластика + маммопластика

Огромный плюс таких операций – один реабилитационный период. Например, после операции на грудь нужно месяц носить компрессионное белье, и после абдоминопластики тоже месяц необходимо ходить в компрессионном белье. Профилактический прием антибиотиков также совпадает и составляет 7 дней. После любой операции присутствует отёк и синяки, поэтому в случае сочетанных операций вы переживете этот период однократно.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.