

Памятка пациенту



Савельев Евгений Игоревич

Врач - пластический хирург

Кандидат медицинских наук

**Ведущий специалист клиники по направлению
пластика груди и пластика тела**

Здравствуйте, меня зовут Савельев Евгений Игоревич, я врач – пластический хирург,

кандидат медицинских наук. Если Вы читаете эту памятку, значит Вы уже были на нашей консультации или собираетесь на нее. В чем смысл памятки и как она может Вам помочь?

Опираясь на многолетний опыт, я понимаю, насколько сложным порой бывает путь наших пациентов к своей мечте. Сколько сомнений, страхов Вас одолевают. И не всегда тонны информации в интернете, советы подруг или даже первичная консультация позволяют Вам развеять их. Поэтому я, как довольно педантичный и ответственный человек, попробую Вам разложить все по полочкам.



Первичная консультация

Первичная консультация длится в среднем 30 минут. За это время мы с Вами проговариваем основные моменты, связанные с операцией: показания и противопоказания, ваши пожелания, говорим о подводных камнях и особенностях Вашей анатомии. Ну и конечно же проводим осмотр и определяемся с методикой. Я стараюсь подробно осветить основные моменты, но немного ограничен во времени. А на страницах данной памятки у нас нет временных барьеров, поэтому давайте поподробнее разберем все этапы.

Что Вас ко мне привело?

Ко мне приходят с разными запросами и пожеланиями. Причины разные: последствия беременности и родов, похудения или просто желание улучшить форму и пропорции тела. Каждый преследует свою цель.

Для меня главное, чтобы Ваше решение было осознанное, никем не навязанное. Чтобы у Вас было понимание, для чего Вам это нужно, осознавали все возможные риски и трезво оценивали реалистичность Ваших ожиданий.

Показания к операции

Показание по сути одно, если мы говорим про эстетическую хирургию – желание в себе что-то изменить, стать лучшей версией себя. Но надо понимать, что мы говорим только про внешнюю составляющую. Я не говорю о том, что Ваша жизнь поменяется в корне. Да, часто пластическая операция является первым толчком к более глобальным изменениям, смываются внутренние барьеры, девушки становятся более открытыми, уверенными, счастливыми. Но все зависит от Вас, и если Вы принимаете себя, Вам комфортно с собой, то по сути пластическая хирургия не нужна. Все истории про сделаю операцию и найду/верну мужа, будет грудь или тело мечты – сразу стану счастливой и т.д. разбиваются о реальность и девушка не становится счастливой. Ведь только внешний тюнинг без внутренней проработки себя как правило не всегда эффективен.

Противопоказания к операции

Противопоказаниями являются тяжелые соматические заболевания в стадии декомпенсации (сахарный диабет, Ишемическая болезнь сердца, онкологические заболевания), а также нарушения свертываемости крови, нарушения в анализах (бывает при проведении предоперационного обследования выявляем изменения, назначаем дообследования и консультацию узких специалистов), беременность, возраст до 18 лет.

Важен также уровень гемоглобина крови, при больших комплексных операциях желательный уровень не ниже 130г/л, при маммопластике не ниже 110 г/л. Также важен индекс массы тела, который в идеале не должен превышать 29.

Мы большое внимание уделяем предоперационному обследованию, так как одна из главных задач – это Ваша безопасность.

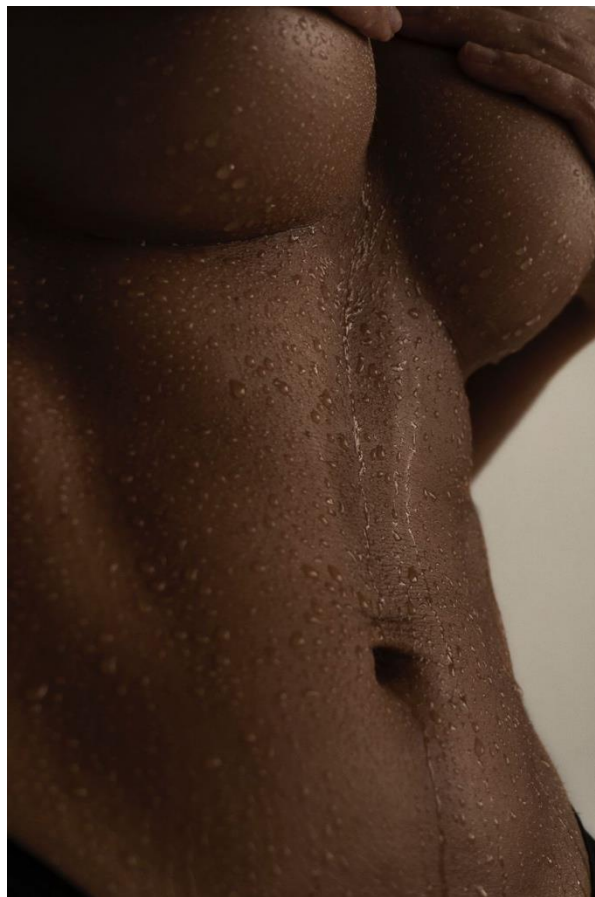
Отдельно хотел бы поговорить о таком факторе, как ожидание / реальность. Сейчас эпоха социальных сетей, красивых и ярких картинок. Ежедневно в своей практике сталкиваюсь с тем, что девушки присылают фото к примеру груди или тела своей мечты, что бы они хотели получить и свой исходник и все прекрасно, но есть одно НО!!! Не всегда можно получить желаемое путем пластической операции. Огромную роль влияет исходная анатомия: особенности крепления грудных мышц, высота пятна молочной железы, строение скелета, расположение ареол и т.д. Исходя из Ваших пожеланий, Вашей исходной анатомии я на консультации показываю примерно тот результат, который мы можем получить, максимально прислушиваясь к Вашим пожеланиям, но и Ваша задача услышать в этот момент своего врача. Ведь часто пребывая в какой то эйфории девушки могут пропустить информацию, видя перед собой только картинку мечты, и в итоге получив красивый результат, остаться недовольной, так как ее ожидания и реальность не совпали. Но к счастью в большинстве своем это редкие явления, девушки как правило приходят подготовленные к операции и с реалистичными ожиданиями.

Факторы, влияющие на эстетику результата после операции

Существуют ряд факторов, влияющих на результат: беременность и роды, нестабильный вес и время. Разберем их поподробнее.

Беременность и роды

В идеале конечно идти в историю пластической операции после того, как Вы уже отстрелялись и отдали долг Родине. Но если Вы еще не рожали или планируете пополнение в семье не в ближайшие 1-2 года и хотите все же пойти на изменения, это возможно, но должно быть понимание, что после родов и лактации могут произойти изменения, которые приведут к повторной операции. У меня были пациентки в практике, которые после операции беременели, рожали и эстетика не страдала, но были и те, кому я выполнял коррекции. С чем это связано?



Во время беременности и родов и последующей лактации сильно меняется гормональный фон пациенток, происходят изменения веса, может меняться качество тканей. Невозможно предугадать, как поведут себя ткани, можно лишь предположить. Если девушке выполнялась подтяжка груди или редукционная мастопексия, здесь иллюзий не строим. Ткани скорее всего провиснут повторно и будет вторичная подтяжка. Если изначально была небольшая грудь и мы делали первичную маммопластику, ткани могут сократиться и коррекция не потребуется. Все индивидуально.

Немаловажным фактором является изменение размера груди при лактации и длительность лактации.

Но паниковать не стоит, если Вы пошли в историю беременности после операции, первоочередной задачей является безопасность и здоровье малыша, все остальное вторично. Вы спокойно радуетесь материнству, кормите грудью и когда пройдет год после родов и 4 месяца после окончания кормления, приходите к своему хирургу и определяете необходимость и фронт работы.

Часто задают вопрос про возможность кормления после маммопластики.

Основные протоки, сосуды и нервы находятся в верхне-медиальном полюсе молочной железы, для нас это зона табу. И как правило девушки сохраняют способность кормить грудью после операции. Но если мы говорим про подтяжку или уменьшение груди, то в данном случае часть протоков

неизбежно нарушаются и могут быть потенциальные проблемы с лактацией. Также если есть аномалия расположения центральных протоков, в данном случае они могут быть пересечены в процессе операции и девушка кормить не сможет. Как это предугадать? - Никак. По сути смотрится по факту.

Отдельно поговорим о пластике живота (абдоминопластике). После подобных операций не рекомендую беременеть в течение 2 лет, так как во время операции мы ушиваем диастаз прямых мышц живота и формируем плотный мышечный каркас, что в теории может косвенно повлиять на вынашивание беременности.

Нестабильный вес

В идеале на операцию надо приходить в своем комфортном и стабильном весе и держать его после операции. Так как перепады даже в 3-4 кг могут влиять на эстетику. Резкое похудение, весовые качели, сушки (особенно касается спортсменов с постоянными наборами веса и последующем избавлении от жировой прослойки) – все это приводит к вторичному провисанию тканей, в случае маммопластики к контурированию имплантов, риплингу и латерализации. Вес в идеале должен колебаться в пределах 1-2 кг в течение 1-2 месяцев. Тогда ткани потенциально смогут адаптироваться к изменениям.

Время

Со временем все, что находится наверху, медленно, грустно и неизбежно опускается вниз. Не существует вечных результатов. Все мы не молодеем, и наши ткани к сожалению тоже, да и силу земного притяжения никто не отменял. Мы можем отсрочить эти изменения, а можем и ускорить их (ускорители: нестабильный вес, гормональные перестройки, беременность и роды, КУРЕНИЕ!!!, ношение белья, нездоровый образ жизни и мышления).

Импланты молочных желез.

Отдельно хотел бы поговорить про импланты молочных желез. Что нужно про них знать? Нет идеальных имплантов и нет ничего вечного. Если Вы свою жизнь связываете с этим изделием, Вы к этому вопросу обязательно вернетесь. Все пожизненные гарантии и обещание вечного – это не более, чем маркетинг и сказки. Когда потребуется замена имплантов?



Этот вопрос риторический. В моей практике были пациенты, кому я менял их уже через 5-7-8 лет, были и те, которые поставили 13 лет назад и до сих пор ходят и радуются жизни. Если по плановому УЗИ молочных желез все хорошо и эстетика Вас устраивает, то специально импланты менять не нужно. Но история эта все равно не на всю жизнь.

Отдельно обсудим вопрос подбора имплантов молочных желез. Открою секрет – для меня не важно, сколько мл будут импланты: 200,300,400,500мл. Для меня важны параметры имплантов: ширина, высота и проекция, исходная анатомия и Ваши пожелания, исходя из всего этого я выбираю фирму имплантов, их форму, профиль и объем. Девушки, которые приходят ко мне с запросом поставьте мне 300 мл как у подружки, не учитывая их комплекцию, исходный объем железы, окружность грудной клетки, рост, весьма удивляются, когда я говорю, что чтобы получить такую же форму и пропорции, им нужны совсем другие импланты.

Что касается фирмы производителя, у каждого хирурга свои предпочтения. Я не сторонник каких то определенных имплантов, я выбираю импланты под каждую конкретную пациентку. Кому то будет интереснее поставить Ментор, у кого то лучше будет смотреться Силимед, а для этой активной спортивной девушки подойдет Мотива. Все эти моменты подробно обсуждаются на первичной консультации.

Подготовка к операции

Вы приняли решение – хочу сделать себе операцию. Выбрали врача, сходили на первичную консультацию, записались на операцию и дальше наступает период подготовки к операции.

До операции:

1. Пройти предоперационное обследование. Результаты анализов могут быть действительными в течение 14 дней. При подготовке к операции по пластике груди нужно сделать УЗИ молочных желез на 6-11 день цикла, если размер молочных желез более 3- сделать маммографию, КТ/МРТ органов грудной клетки при вторичной маммопластике.

При подготовке к пластике тела нужно сделать УЗИ передней брюшной стенки.

Список анализов:



ООО «МЕДИЦИНА»
ОГРН 1165476187348 ИНН/КПП 5406623407/540601001
Адреса мест осуществления деятельности: 630091, г. Новосибирск, ул. Ермака, д.4, 1 этаж
630091, г. Новосибирск, Красный проспект, д.55, 5 этаж
Лицензия на осуществление медицинской деятельности
№ЛО-54-01-005511 от 17 июля 2019 г.
Тел: +7 (383) 201 85 55 e-mail: info@medicinu.ru

ПАМЯТКА ПАЦИЕНТА ПЕРЕД ОПЕРАЦИЕЙ МАММОПЛАСТИКА

Срок годности 14 дней

- Общий анализ мочи
- Общий анализ крови, СОЭ
- Группа крови, резус-принадлежность
- АЧТВ
- Протромбин, МНО
- Фибриноген
- ТТГ (тиреотропный гормон), Т3 св., Т4 св.
- Биохимический анализ крови: глюкоза, общий белок, билирубин общий, прямой, фосфатаза щелочная, гамма-глутамилтранспептидаза, АсАТ, АлАТ, креатинин, мочевины
- ЭКГ с расшифровкой

Срок годности 30 дней

- Сифилис (RW)
- ВИЧ-инфекция
- Вирусный гепатит В, С

При наличии сахарного диабета 1 или 2 типа анализ крови на уровень гликированного гемоглобина, срок годности 3 месяца

- УЗИ вен нижних конечностей действительно в течение 6 месяцев
- ФЛГ действительна в течении 1 года

Перед операцией

- УЗИ молочных желёз
- Консультация стоматолога
- Консультация терапевта

При наличии сопутствующих заболеваний обязательно заключение специалиста по сопутствующей патологии. **Заключение узкого специалиста должно содержать: подробный диагноз, заключение об отсутствии противопоказаний, рекомендации на период госпитализации. Пациент может быть принят на лечение только в стадии компенсации по сопутствующей патологии.**

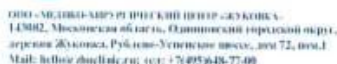

ООО «МЕДИКАЛ ГРУП» ПРЕДСЕДНИК ПЕТРОВ «АЛЕКСАНДР»
143002, Московская область, Одинцовский городской округ,
деревня Жбловская, Рублево-Успенское шоссе, дом 72, пом.1
Mail: info@medgroup.ru; tel: +7(495)648-77-00

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ АНАЛИЗЫ И ИССЛЕДОВАНИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ,
ПОСТУПАЮЩИХ НА ОПЕРАЦИЮ:**

**Для пациентов прошедших вакцинацию от COVID-19 операция возможна после 2-го этапа через 2
недели. (при поступлении необходимо предоставить сертификат!)**

Анализы и исследования:

- 1) ПЦР РНК Covid-19 мазок зева, нос (действителен в течении 3 дней);
- 2) Общий анализ крови с лейкоцитарной формулой + СОЭ (действителен в течении 14 дней);
- 3) Общий анализ мочи (действителен в течении 14 дней);
- 4) Коагулограмма (АЧТВ, МНО, протромбин, фибриноген) (действительна в течении 14 дней);
- 5) Группа крови, резус-фактор, Kell (Келл) антиген эритроцитов (действителен в течении 3 месяцев);
- 6) RW (реакция Вассермана), ВИЧ, Гепатит В и С (HBS, HCV) (действительны в течении 3 месяцев)
При наличии одного из заболеваний необходимо предоставить заключение врача-инфекциониста, в котором должно быть указано, что данное заболевание в стадии ремиссии. ОБЯЗАТЕЛЬНО должна быть указана специализация врача (врач-инфекционист), а также в самом заключении должна присутствовать фраза: «Противопоказаний к оперативному лечению нет». (действительно в течении 14 дней)
- 7) Биохимический анализ крови (АлАТ, АсАТ, общий белок, глюкоза, общий билирубин, креатинин, мочевины, электролиты (K, Na) (действителен в течении 14 дней).
- 8) ЭКГ – с расшифровкой! (действительно в течении 14 дней);
- 9) Флюорография или R-г-кл (действительны в течении 6 мес.);
- 10) УЗИ молочных желез (при операции на молочных железах), (действительно в течении 3 месяцев);
- 11) УЗИ органов брюшной полости (для операций: абдоминопластика, липосакция) (действительно в течении 3 месяцев);
- 12) УЗИ вен нижних конечностей (при любой операции), (действительно в течении 14 дней).
- 13) При наличии сопутствующих заболеваний, заключение врача специалиста об отсутствии противопоказаний к оперативному лечению.(действительно в течении 14 дней)
- 14) Заключение кардиолога. От 45 лет – ОБЯЗАТЕЛЬНО! В нем ОБЯЗАТЕЛЬНО должна быть указана специализация врача (врач-кардиолог), а также в самом заключении должна присутствовать фраза: «Противопоказаний к оперативному лечению нет» (действительно в течении 14 дней)
- 15) Заключение терапевта. По результатам всех анализов и исследований! В нем ОБЯЗАТЕЛЬНО должна быть указана специализация врача (врач-терапевт), а также в самом заключении должна присутствовать фраза: «Противопоказаний к оперативному лечению нет» или «терапевтически здоров» (действительно в течении 14 дней)



Для пациентов прошедших вакцинацию от COVID-19 операция возможна после 2-го этапа через 2 недели. (при поступлении необходимо предоставить сертификат!)

Анализы и исследования:

- 1) ПЦР РНК Covid-19 мазок зева, нос (действителен в течении 3 дней);
- 2) Общий анализ крови с лейкоцитарной формулой + СОЭ (действителен в течении 14 дней);
- 3) Общий анализ мочи (действителен в течении 14 дней);
- 4) Коагулограмма (АЧТВ, МНО, протромбин, фибриноген) (действительна в течении 14 дней);
- 5) Группа крови, резус-фактор, Kell (Келл) антиген эритроцитов (действителен в течении 3 месяцев);
- 6) RW (реакция Вассермана), ВИЧ, Гепатит В и С (HBS, HCV) (действительны в течении 3 месяцев)
При наличии одного из заболеваний необходимо предоставить заключение врача-инфекциониста, в котором должно быть указано, что данное заболевание в стадии ремиссии. ОБЯЗАТЕЛЬНО должна быть указана специализация врача (врач-инфекционист), а также в самом заключении должна присутствовать фраза: «Противопоказаний к оперативному лечению нет». (действительно в течении 14 дней)
- 7) Биохимический анализ крови (АлАТ, АсАТ, общий белок, глюкоза, общий билирубин, креатинин, мочевины, электролиты (K, Na) (действителен в течении 14 дней).
- 8) ЭКГ – с расшифровкой! (действительно в течении 14 дней);
- 9) Флюорография или R-г-кл (действительны в течении 6 мес.);
- 10) УЗИ молочных желез (при операции на молочных железах), (действительно в течении 3 месяцев);
- 11) УЗИ органов брюшной полости (для операций: абдоминопластика, липосакция) (действительно в течении 3 месяцев);
- 12) УЗИ вен нижних конечностей (при любой операции), (действительно в течении 14 дней).
- 13) При наличии сопутствующих заболеваний, заключение врача специалиста об отсутствии противопоказаний к оперативному лечению. (действительно в течении 14 дней)
- 14) Заключение кардиолога. От 45 лет – ОБЯЗАТЕЛЬНО! В нем ОБЯЗАТЕЛЬНО должна быть указана специализация врача (врач-кардиолог), а также в самом заключении должна присутствовать фраза: «Противопоказаний к оперативному лечению нет» (действительно в течении 14 дней)
- 15) Заключение терапевта. По результатам всех анализов и исследований! В нем ОБЯЗАТЕЛЬНО должна быть указана специализация врача (врач-терапевт), а также в самом заключении должна присутствовать фраза: «Противопоказаний к оперативному лечению нет» или «терапевтически здоров» (действительно в течении 14 дней)

ПОСЛЕДНИЙ ПРИЕМ ПИЩИ НАКАНУНЕ ОПЕРАЦИИ В 20:00 ЧАСОВ!

ПОСЛЕ ЭТОГО ВРЕМЕНИ НИЧЕГО НИ ЕСТЬ, НИ ПИТЬ!!!

В день операции (для госпитализации) Вам необходимо предоставить/взять с собой:

- ПАСПОРТ;
- ОРИГИНАЛЫ ВСЕХ АНАЛИЗОВ И ИССЛЕДОВАНИЙ, ЗАВЕРЕННЫЕ СИННИМИ ПЕЧАТЯМИ И ПОДПИСЬЮ ВРАЧА;
- КОМПРЕССИОННЫЕ ЧУЛКИ (2-ая степень компрессии).

Терапевт должен прописать, что противопоказаний к операции нет! И в заключении ОБЯЗАТЕЛЬНО должна быть прописана специализация врача. Обратите внимание, что ВОП - Врач общей практики, не может давать разрешение на операцию - только ТЕРАПЕВТ

★ Ещё вам понадобятся компрессионные чулки 2 класса, необходимо будет их приобрести.

→ Срок годности анализов 14 дней.

Сроки годности:

ПЦР-тест - 3 дня,

Кровь (оак, биохимия, коагулограмма)/моча - 2 недели,

Инфекции - 3 месяца,

ЭКГ - 2 недели,

УЗИ вен нижних конечностей - 2 недели,

Флюорография/рентген грудной клетки - 6 месяцев,

Группа крови - 3 месяца

В день операции привозите с собой ОРИГИНАЛЫ анализов, распечатанные на бумажных носителях с синей печатью клиники и подписью врача.

Если по каким-либо причинам не будет хватать одного из перечисленных анализов и печати на документе (перепроверяйте !!) - операция ОТМЕНЯЕТСЯ! Ваше здоровье превыше всего!!

2. Обязательна консультация узких специалистов у пациентов с хроническими заболеваниями с заключением, где написан Ваш диагноз, лечение, которое вы получаете и в котором говорится, что операция Вам не противопоказана.
3. Беременность является абсолютным противопоказанием к операции.
4. Желательно проведение операции в первой половине менструального цикла, для снижения риска кровотечения.
5. Прекратить курить за 1 месяц до и после операции, включая сигареты, электронные сигары, табак и патчи. Никотин нарушает циркуляцию в тканях и оказывает негативное влияние на исход операции. Статистически, у курящих людей увеличивается риск хирургических осложнений, особенно развитие инфекций, замедленное заживление тканей, ухудшается качество формирования рубцов. Пациентам с сильной никотиновой зависимостью рекомендуется приём лекарств, снимающих никотиновую зависимость. Если совсем никак, хотя бы снизить количество.
6. Сообщить своему лечащему врачу о принимаемых лекарственных препаратах, в том числе гормональных противозачаточных.

За две недели до операции:

1. Не принимать лекарственные препараты, содержащие аспирин, нестероидные противовоспалительные препараты. Многие обезболивающие препараты и лекарственные средства, используемые при простуде и синуситах, содержат аспирин. Если Вы употребляете любые препараты, которые способствуют кровотечению [гепарин, варфарин], нужно сообщить врачу. По поводу гормональных контрацептивов, если планируется длительная и комплексная операция, то совместно с Вашим гинекологом рассматриваем вариант их отмены. Если операция по объему и продолжительности не большая, то как правило не отменяем.
2. Если вы курите, Витамин С за две-три недели до операции по 1000 мг два раза в день. Витамин С способствует быстрому заживлению тканей. Некурящим пациентам можно принимать комплекс витаминов как до, так и после, где содержится витамин С.
3. Если уровень гемоглобина низкий (ниже 100 г/л, на операцию не беру, пока не поднимем), то по назначению врача препараты железа (фенюльс или феррум лек). Для комплексных операциях и бодилифтах уровень гемоглобина должен быть не ниже 130 г/л.
4. Избегайте солнечных лучей. Ежедневно наносите солнцезащитный крем SPF 30 и выше.

За одну неделю до операции:

1. Не употреблять алкоголь в течение 1 недели до и 3 недели после операции.
2. Убедитесь, что все лабораторные тесты/анализы, назначенные врачом, готовы к этому времени и все ОРИГИНАЛЫ у Вас на руках.
3. При необходимости пройдите консультацию анестезиолога в нашей клинике. На консультацию нужно обязательно взять все анализы. В любом случае все готовые анализы (особенно для столичных пациенток) присылаются моему менеджеру Ирине, ОРИГИНАЛЫ с печатями и подписями берутся с собой на операцию.

За день до операции:

1. Вы будете дополнительно извещены о времени операции и о времени прибытия в клинику. Операция может задержаться, так как первыми в плане могут стоять пациенты с длительной общей анестезией и не всегда возможно спрогнозировать точное время операции и её сложность. Ситуации бывают разные, поэтому относитесь, пожалуйста, с пониманием, возможно, также мне на Вашу операцию может потребоваться чуть больше времени.

2. Крайний прием воды и еды за 6 часов до планируемого времени операции. Операция может быть отсрочена при несоблюдении этих инструкций. Пост необходим для проведения анестезии.

3. Если Вам необходимо принять лекарственные препараты за день до операции, дополнительно проконсультируйтесь с анестезиологом. В случае необходимости принимайте препараты с небольшим количеством воды.

В день операции:

Волнительный момент настал. Вы переживаете, нервничаете, это нормально. Постарайтесь заранее спрогнозировать время, чтобы спокойно собраться и вовремя приехать в клинику.

Также необходимо:

1. Принять душ и помыть голову с шампунем утром, перед операцией.
2. Не мазать тело кремами и маслами.
3. Не наносить косметику, лак и гель для волос, а также дезодоранты.
4. Не наносить темный лак для ногтей.
5. Приехать в клинику в удобной обуви, свободной одежде [тапочки, халат и т.д. выдаются в клинике]. Избегайте одежду, которая надевается через голову. Возьмите с собой что-нибудь на замке или пуговицах.
6. Не надевать украшения и не приносить с собой на операцию ценные вещи.
7. Не есть за 6 часов до операции, не употреблять жидкости за 4 часа до операции.

ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ

Как правило пациенты после моноопераций (маммопластика, блефаропластика) находятся в стационаре сутки, после комплексных операций, больших липосакций, абдоминопластики и бодилифтинга находятся в среднем 2-3 дня.

1. Болеть будет и это неизбежно. Кто-то описывает боль как плиту, которую положили на грудь, кому-то тяжело вздохнуть полной грудью (в случае пластики груди), многие испытывают просто умеренный дискомфорт в области операции. При пластики живота болезненные ощущения схожи с

болью пресса после интенсивных физических нагрузок, некоторые пациентки сравнивают и находят сходство с болезненностью после кесарево сечения.

Со своей стороны и со стороны анестезиолога мы назначаем Вам обезболивающие, делаем специальные блокады (**кстати это уникальная методика и фишка наших анестезиологов, сильно снижающая болевой дискомфорт после операции**). Болезненность может усилиться на 2 сутки и уменьшиться к 5-7 дню. Интенсивность боли в случае пластики груди зависит от метода установки имплантов, размера имплантов, тонуса мышц, болевого порога, и у каждого пациента индивидуальна. Кто-то на второй день уже скачет, другим нужно чуть больше времени для восстановления. Если мы делали операцию без имплантов, то болевые ощущения значительно меньше и в целом вся реабилитация протекает значительно быстрее.

2. Может быть временное онемение и снижение чувствительности в послеоперационной области, в зоне шва, ареолы (в случае маммопластики), которое разрешится в течение нескольких недель - месяцев. Вообще есть 3 варианта изменения чувствительности: уменьшение, усиление и потеря (редкое явление при аномалии расположения нервов).

3. Отеки, синяки. Это неотъемлемая часть любой операции. Отеки могут распределяться по-разному: справа больше, слева меньше или наоборот. Поэтому я всегда говорю, что сначала смотрю я на результат операции, через месяца 4 начинаете смотреть Вы. Все меняется, отечность уходит, ткани расслабляются, импланты (если они использовались) принимают свое положение. Окончательный же результат мы оцениваем в год.

4. После операции возможен временный дискомфорт, першение или боль в горле после наркоза. Это не критично и в течение нескольких дней все проходит.

5. Возможна невысокая температура тела в течение первых дней. Если температура поднялась до 38С нужно сообщить своему врачу, как правило назначаются жаропонижающие и температура нормализуется.

6. Часто бывает периодическое ощущение покалывания, жжения, потягивания, все это временные явления и вариант нормы. Есть 3 признака, косвенно показывающие что что-то пошло не по сценарию: увеличение груди (или другой послеоперационной области) на размер – полтора, покраснение груди и высокая температура, резкие острые боли. Если появились подобные симптомы, нужно сразу сообщить об этом своему хирургу.

7. Если Вы из другого города, то есть несколько вариантов по длительности нахождения: первый вариант: Вы находитесь в городе после операции 10-14 дней до снятия швов (в случае бодилифтинга, больших комплексных операций

до месяца), это идеальный вариант. Второй вариант: сутки в клинике, 3-4 дня в пределах доступа, дальше уезжаете домой и через 7-8 дней приезжаете на снятие швов.

Первые сутки после операции

1. Первая перевязка проводится на следующее утро после операции. Стерильные повязки и дренажи будут находиться в области разреза. Дренажи будут удалены в первые сутки после операции (бывает, что дренажи оставляют на 1-4 суток). Последующие перевязки по назначению Вашего лечащего врача.

2. После операции необходимо правильное ношение специального компрессионного белья. Его мы подбираем непосредственно в день операции. Ношение компрессионного белья в течение 2х месяцев после операции постоянно, затем 1 месяц ночью и при физ.нагрузках (можно заменить на утягивающее белье, спорттопы). Иногда делаю послабления, но в индивидуальном порядке в зависимости от Вашего темпа реабилитации. Правильное белье – ключевой момент послеоперационного периода.

Специальное белье увеличивает уровень Вашего комфорта, помогает восстановлению, позиционирует импланты (в случае маммопластики) в правильном положении. Бельё может немного давить, это допустимо, размер подобран для Вас именно такой, какой нужно.

Важность ношения специального компрессионного белья:

- Восстановление – ношение компрессионного белья в послеоперационный период уменьшает отеки, улучшает кровообращение и способствует выводу застойной жидкости из оперированной области, контролирует воспалительный процесс.
- Предотвращает опускание и смещение имплантов.
- Комфорт - поможет свести к минимуму дискомфорт и боль.

Через 2 месяца после маммопластики можно вернуться к ношению хорошего поддерживающего белья днем. Как правило это спортивные топы или белье без костей. Иногда разрешаю и даже назначаю более раннее ношение белья с костями.

До полного окончания восстановительного процесса (полгода-год), к выбору обычного бюстгалтера надо подходить очень внимательно:

- Бюстгалтер должен быть идеально подобран по размеру и выполнять не только декоративную, но и поддерживающую функцию.
- Чашечка должна точно соответствовать размеру груди.
- Плечевые бретели должны быть упругими при растяжении и хорошо удерживать вес груди. Длина должна быть отрегулирована так, чтобы они не врезались и не оставляли следов на плечах, но и не спадали, оставляя грудь без поддержки.
- К выбору бюстгалтера на косточках стоит отнестись с особой осторожностью, особенно если разрез для увеличения груди был сделан под

грудью. Твердый шов может натирать, давить на рубцы, причинять боль и замедлять формирование рубцов.

Если появится раздражение, боль или покраснение вокруг рубчиков, Вам нужно сразу сказать об этом своему хирургу.

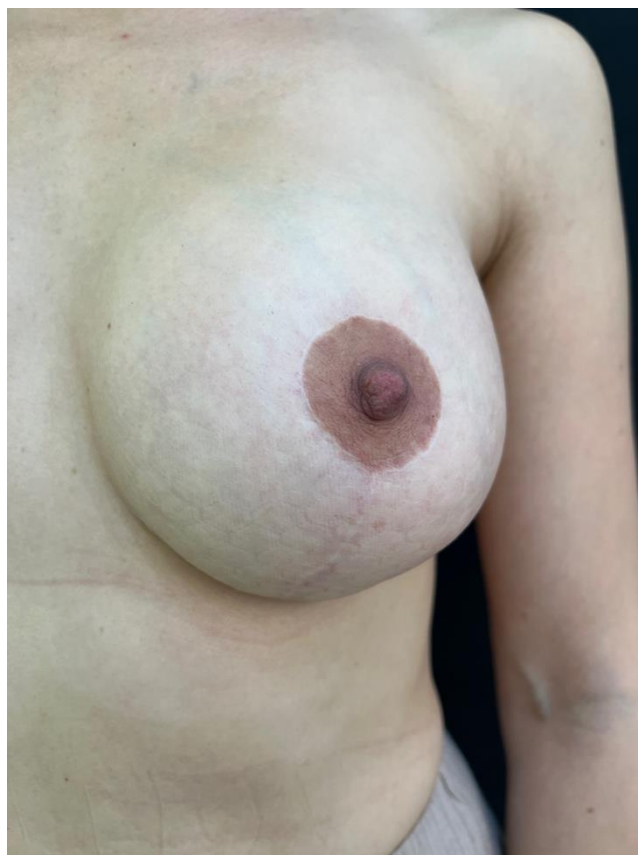
Даже если разрезы уже зажили, они могут по-прежнему раздражаться от синтетических тканей, которые обычно используются в производстве большинства бюстгалтеров, поэтому для повседневной носки лучше выбрать хороший спортивный бюстгалтер. Он должен быть достаточно эластичным для поддержания груди и не нарушать кровообращения.

УХОД ЗА ШВАМИ

1. Ваша первичная перевязка проводится в первый день после операции основным и ассистирующими хирургами. Промежуточный осмотр проводится на 3-4 день после операции. Снятие швов мы проводим на 8-10 день. Контрольные осмотры после этого 1,2,4,6,12 месяцев после операции. Не пропускать!!!

2. Первые три-четыре недели швы заклеиваются лейкопластырем Omnistrip (омнистрип). Затем, в течение 3-4 мес. на область рубцов необходимо наносить противорубцовые крема (дерматикс, kelo-cote, имофераза, ферменкол).

3. Процесс формирования рубцов очень индивидуален и зависит не только от техники наложения швов, но и от генетических особенностей тканей. В практике встречаются пациенты, у которых есть склонность к образованию атрофических, гипертрофических или даже келоидных рубцов. Есть пациентки с индивидуальной реакцией на шовный материал, не смотря на то, что мы используем только топовый и сертифицированный шовный материал.



Пример хорошего формирования рубца после якорной подтяжки груди

4. В случае возникновения проблем с заживляемостью тканей, формированием рубцов подобные ситуации требуют более детального внимания, лечения и более частых осмотров.
5. После таких операций, как липосакция, бодилифтинг, абдоминопластика в связи с широкой отслойкой тканей может в послеоперационной области скапливаться жидкость. В таких ситуациях через прокол жидкость удаляется, процедура практически безболезненная и рядовая в практике хирурга.
6. В ряде случаев по показаниям используем лазерную коррекцию: лазер Vbeam Perfecta или аналоги для устранения красноты рубца. Иногда рекомендуем шлифовку рубца CO2 лазером. Используется и для улучшения качества рубца. Но повторяюсь, все индивидуально.

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ:

1. Вы должны предварительно позаботиться о том, кто Вас привезет и заберет из клиники. Вы будете находиться под действием анестезиологических и обезболивающих препаратов, плюс ограничены в движении рук, поэтому нельзя водить машину в течение 10 дней после операции.
 - Не стоит сразу после операции бежать в магазин белья и покупать пуш-ап бюстгалтеры. Как бы эффектно не выглядела грудь в таком белье, они могут способствовать деформации формы груди и свести на нет все старания хирурга.
 - Бюстгалтеры без лямок. Их можно будет носить в дальнейшем, но не сразу после операции, когда правильная поддержка просто необходима для грудных имплантов, чтобы они прижились в правильном положении и не опустились.
2. Если Вы планируете проведение нескольких операций одновременно, то Вам может понадобиться помощь мужа/парня/сестры/мамы/подруги в первые 7-10 дней после операции. Да и после первичной маммопластики помощь в бытовых вещах не помешает.
3. Все назначения обязательны, особенно обезболивающие. Не ждите, пока ваша боль усилится, так как боль может привести к повышенному кровяному давлению, и как следствие, к кровотечению.
4. Избегайте прямых солнечных лучей и солярия в течение 4 месяцев после операции. Даже незначительное воздействие солнечных лучей может привести к раздражению, пигментации и увеличить длительность отеков. Не смотря на то, что я разрешаю купаться и загорать уже через 2 месяца, грудь должна быть прикрыта.

5. Рекомендуется спать на спине в течение 1 месяца. Поворачиваться на бок и спать на боку можно через месяц после операции, на животе через 6 месяцев.
6. Не стоит сравнивать Ваш результат с результатами других пациентов (подруг, сестер, знакомых). Помните, что процесс заживления индивидуален для каждого пациента. Если у Вас возникли какие-либо беспокойства или вопросы, свяжитесь со мной или с моей командой. Не стоит искать ответа у блогеров, подруг, астрологов и тарологов.
7. Эмоциональный фон будет нестабилен в первое время. Сначала Вы будете спрашивать себя, зачем я вообще пошла на это. Вам будет казаться, что все не то: швы, форма, болезненность, взгляд мужа, ответ хирурга. Возможны срывы. Помните, это все временно, реабилитация закончится, а красота останется. После 2 месяцев Вам будет казаться, что грудь сдулась и уменьшилась, это связано с уменьшением отечности, к 4-6 месяцам ткани расслабятся и объем частично отыграется.
8. Увидеть свой окончательный результат операции Вы сможете через 9-12 месяцев.
9. Необходимо понимать важность совместной работы хирурга и пациента. Это не только про соблюдение рекомендаций, но и про сохранение и улучшение результата. Особенно это касается пациентов после пластики тела (липосакция, абдоминопластика, бодилифтинг). Правильная диета, физическая активность, лимфодренажный массаж – все это преумножит результат и поможет получить фигуру Вашей мечты.

АКТИВНОСТЬ И СПОРТ

1. В первую неделю после операции резко ограничьте свою активность. Помните, у вас режим хрустальный. Вы никого не трогаете и вас никто не трогает. По возможности я рекомендую взять отпуск на 10-14 дней.

2. Вам разрешается ходить на небольшие расстояния в первый день после операции, для предупреждения тромбоза глубоких вен, с постепенным увеличением дистанции в последующие дни. Компрессионные чулки после операции мы носим в течение 5 дней. Двигайте ногами как можно чаще, когда находитесь в положении лежа (необходимо для предупреждения риска тромбообразования).



3. Избегайте напряженной работы. Нельзя: пылесосить, поднимать тяжести, даже ребенка не рекомендую поднимать в течение 2 недель. После снятия швов жить приобретает порядок и смысл и можно садиться за руль, поднимать ребенка (присели, обняли и подняли – за счет мышц ног) и возвращаться к бытовым делам. Если конечно нет желания поэксплуатировать мужа чуть подольше и не продлить свой хрустальный период.

4. После маммопластики вы можете вернуться к спорту на нижнюю часть тела через месяц после операции. Сначала попа, ноги, пресс, кардио без бега. С 3 месяцев присоединяем ручки и спину, грудные мышцы не трогаем до 6 месяцев и в принципе не рекомендую после операции изолированно качать грудные мышцы. Начинайте с лёгких упражнений, постепенно увеличивая нагрузку до обычного уровня к 4 месяцу. Пилон, дайвинг, кайтинг и все, что может привести к резкому сокращению грудных мышц исключаем минимум на 6 месяцев.

После пластики тела все наоборот: с 1,5 месяцев кардио без бега, с 2 месяцев верх: руки, плечи. С 3 месяцев упражнения на попу, ноги, пробуем пресс (сначала статические упражнения, динамические – с 4 месяцев).

Прием ванн:

В первые дни рекомендуется обтирание или принятие лёгкого гигиенического душа, не задевая послеоперационную область. На 4-5 день после операции Вы можете принять полноценный душ. Если стерильные полоски намокнут - не удаляйте их. Вы можете осторожно просушить их сухим полотенцем или использовать теплый фен (но негорячий воздух и на маленькой мощности), чтобы высушить стерильные полоски. Меняются только наружные белые пластыри, об этом мы подробно рассказываем на первых перевязках.

Прием пищи:

После операции обязательно нужно есть, так как организм ослаблен и требует питания! Даже если не хотите есть, все равно это нужно делать, сколько можете, понемногу!

1. Не рекомендую, а если точнее запрещаю употребление алкоголя и кофе в течение 1 недели после операции, так как это способствует поднятию кровяного давления и кровотечению.
2. Пейте достаточное количество воды после операции, так как обезвоживание может вызвать тошноту.
3. Пища должна быть легкой и сбалансированной. Избегайте пищу, которая требует тщательного разжевывания.
4. Для предупреждения тошноты необходимо принимать пищу за 20 мин. до приема медикаментов [обезболивающие, антибиотики].
5. Уменьшите количество соли в еде, чтобы не усиливать послеоперационные отеки.
6. Важно после операции повышать уровень железа, так как после любой операции снижается гемоглобин. Употребляйте в пищу белое и красное мясо, печень, много зелени, гранаты, яблоки. Повышение содержания гемоглобина ускорит заживление.

Медикаментозные препараты, необходимые в послеоперационном периоде, мы активно расписываем в Выписной справке и подробно рассказываем в день выписки. При необходимости в ряде случаев назначаем специальное физиолечение.

ВОЗМОЖНЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ:

Мы с Вами подробно поговорили о подготовке к операции, о послеоперационном периоде, теперь хочу с Вами обсудить самую неприятную, но при том очень важную тему.

Осложнения после пластики груди

В нашей клинике используются исключительно качественные текстурированные имплантаты, наполненные когезивным силиконовым гелем, качественный шовный материал, современное оборудование. Вами занимаются настоящие профессионалы своего дела, нацеленные не только на Ваш результат, но и на безопасность. Но не смотря на все это, и в нашей практике бывают вторичные операции и встречаются осложнения. И самое важное для меня: если случается проблема, я беру пациента за руку и мы вместе проходим этот путь до момента, когда нас обоих все устраивает. С чем потенциально могут столкнуться пациенты после операции:

1. Скапливание жидкости в области установки имплантата. Как правило, такая проблема решается быстро и относительно безболезненно с помощью эвакуации жидкости через прокол. Перед этим если у нас возникает подозрение, мы назначаем Узи молочных желез.
2. Кровотечение и образование гематомы. Причиной могут быть отрыв тромба с сосуда. Спровоцировать подобное осложнение могут удар, физическая нагрузка в ранний период, прием кроворазжижающих препаратов, секс в ранний послеоперационный период. Первым признаком кровотечения является увеличение груди в размере, чувство распирания и постоянное усиление этих признаков. В подобных ситуациях нужно сразу сообщить своему хирургу и показаться.
3. Инфицирование или образование дефекта швов. Обычно такое нежелательное явление имеет место при нарушении пациенткой рекомендаций врача в послеоперационный период, натирание белья, прения рубцов. Особенно уязвимое место – это место стыка (соединение горизонтального и вертикального рубцов) после подтяжки груди. Мы заостряем внимание пациентов на послеоперационный уход за этим местом, в ряде случаев назначаем сетки с бранолиндом, повязки с бетадином. Если проблема случилась, в ручном режиме на очных перевязках решаем этот вопрос. Но сразу оговорюсь, процесс небыстрый и нужно запастись терпением.
4. Образование келоидных рубцов. Этот процесс напрямую зависит от индивидуальных особенностей тканей, поэтому после предварительных исследований пластический хирург обязательно предупреждает пациентку о возможности такого явления. При возникновении грубых рубцов назначаю

лечение: мази/гели, лазерная коррекция, инъекции гормональных препаратов местно.

5. Разрушение оболочки имплантата или по простому разрыв имплантов. Основной причиной является износ оболочки имплантов. Обычно обнаруживается случайно при плановом прохождении УЗИ. Если обнаружен дефект, паниковать не стоит. У современных имплантов гель никуда не вытекает, рисков для жизни нет. В плановом порядке Вы готовитесь к повторной операции по замене или удалению имплантов.

6. «Кожная рябь», «волны» или, как еще его называют, «эффект стиральной доски», так называемый риплинг, как правило возникает у худых пациентов с тонким слоем подкожно-жировой клетчатки и малым объемом молочных желез или же у спортсменов, увлекающихся сушкой. Фактически, это визуальное проявление импланта при недостаточном объеме тканей, его покрывающих. Это выглядит так, как будто кто-то провел пальцами по груди, и там остались волнистые углубления. Кожная рябь не фиксированный дефект, то есть обычно она не видна, но может появляться, например, при движении или при наклоне туловища вперед. Волны ряби могут быть мелкими и незаметными для невооруженного глаза, и только проведя рукой по груди, женщина может их почувствовать. Если подобные вещи Вас беспокоят, можно или набрать вес, или сделать липофилинг.

7. Капсулярная контрактура — одно из наиболее распространенных осложнений, связанных с операцией увеличения груди (по статистике в первые 5 лет после установки риск 1-3 %, 5-10 лет – до 7% и т.д.). На самом деле, капсула вокруг импланта не является осложнением в прямом понимании этого слова. Это нормальная реакция организма на инородное тело. Вокруг любого инородного тела в организме формируется капсула, и имплант не исключение. Но иногда фиброзная капсула начинает сжиматься и утолщаться вокруг импланта, деформируя его, что соответственно приводит к искажению формы груди и иногда, к болезненным ощущениям у пациентки. Это показание к повторной операции – удаление капсулы и замена импланта.

8. Смещение или разворот импланта, происходит чаще всего из-за игнорирования пациентом правил реабилитационного периода: резкие движения руками, наклоны (например, при выполнении домашних работ), нерегулярное ношение бандажа или ранний отказ от него, сон на боку или животе, использование неподходящего по размеру белья, снижение веса и пр. Есть понятие подворота импланта из за резкого сокращения большой грудной мышцы, в этом случае нужен покой, ношение плотного компрессионного белья и ситуация может нормализоваться. Если же имплант развернулся и оторвался, нужна повторная операция и в случае анатомических имплантов, замена их на круглые.

9. Болезнь грудных имплантов. Это довольно популярный термин среди пациентов. Существование подобного явления до сих пор вызывает много споров, научно -доказательной статейной экспертной информации я по крайней мере не находил. Но сказать, что реакций на импланты не существует, я не могу, так как это искусственно созданный материал и организм теоретически может на него выдать реакцию. За 14 лет практики я сталкивался с единичными случаями, когда после маммопластики у пациентов появлялась сыпь или проблемы с кожей, был случай длительного эпизодического подъема температуры, даже спонтанного воспалительного процесса на фоне спокойного реабилитационного периода. И после удаления имплантов симптомы проходили. Но к слову психосоматику тоже никто не отменял.

Нельзя забывать и о имплантассоциированной лимфоме – это реакция организма на оболочку импланта и как следствие выработка антител, в последствие борьба организма с имплантом и под раздачу попадают многие органы и системы. Если подобный диагноз подтверждается, то это абсолютное показание к удалению имплантов и в будущем к этому вопросу не возвращаются, плюс пациент проходит довольно длительное и непростое лечение. В своей практике я не встречал подобных болезней, по статистике если память не изменяет в России было зарегистрировано 10 случаев, в мире около 800 случаев среди 10 миллионов носителей имплантов.

Риск попасть в эту печальную статистику меньше 0,01 %.

Осложнения после пластики тела

1. Скапливание жидкости в послеоперационной области. Как правило, такая проблема решается быстро и относительно безболезненно с помощью эвакуации жидкости через прокол. Перед этим если у нас возникает подозрение, мы можем назначить УЗИ.

2. Кровотечение и образование гематомы. Причиной могут быть отрыв тромба с сосуда. Спровоцировать подобное осложнение могут удар, физическая нагрузка в ранний период, прием кроворазжижающих препаратов, секс в ранний послеоперационный период. Первым признаком кровотечения является увеличение послеоперационной области, чувство распирающего и постоянное усиление этих признаков. В подобных ситуациях нужно сразу сообщить своему хирургу и показаться.

3. Инфицирование или образование дефекта швов. Обычно такое нежелательное явление имеет место при нарушении пациенткой рекомендаций врача в послеоперационный период, натирание белья, прения рубцов. Особенно уязвимое место – это место стыка (соединение горизонтального и вертикального рубцов) при наличии вертикального компонента. Мы заостряем внимание пациентов на послеоперационный уход за этим местом, в ряде случаев назначаем сетки с бранолиндом, повязки с бетадином. Если проблема

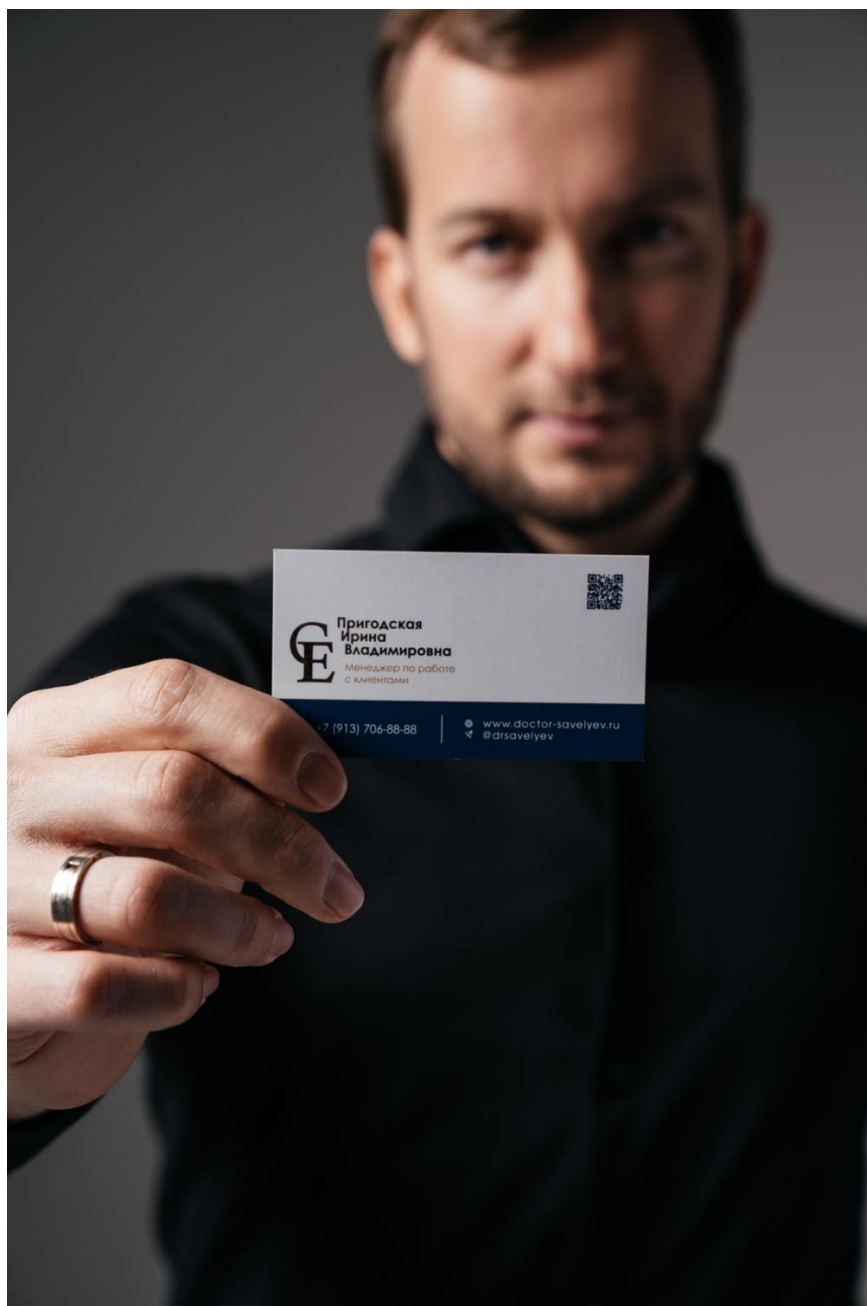
случилась, в ручном режиме на очных перевязках решаем этот вопрос. Но сразу оговорюсь, процесс небыстрый и нужно запастись терпением.

4. Образование келоидных рубцов. Этот процесс напрямую зависит от индивидуальных особенностей тканей, поэтому после предварительных исследований пластический хирург обязательно предупреждает пациентку о возможности такого явления. При возникновении грубых рубцов назначаю лечение: мази/гели, лазерная коррекция, инъекции гормональных препаратов местно.

5. Некроз тканей в послеоперационной области. Может возникнуть как в результате агрессивной липосакции и нарушении трофики тканей, так и по причине чрезмерного сдавления послеоперационной области, аномалии расположения сосудов, несоблюдения рекомендаций. Это крайне неприятное осложнение и требует довольно длительного лечения в режиме онлайн.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Я постарался подробно осветить на страницах данной методички все аспекты подготовки к операции и подробно поговорить о периоде реабилитации. Надеюсь, данная информация поможет Вам подготовиться к этому важному шагу в Вашей жизни. Если же страхи и сомнения усилились, значит Вы еще морально не настроились. Ведь на операцию надо идти с боевым и позитивным настроем, но реалистично понимая все особенности и нюансы. Если же остались вопросы, мы можем с Вами подробно их обсудить во время первичной очной консультации.



Запись на первичную консультацию и операцию через менеджера
8-913-706-88-88

Dr.Savelyev_EI

Личный сайт:
Doctor-savelyev.ru

Телеграм канал:
DrSavelyev