

## MODELACE PRSOU

# POZVEDNUTÉ SEBEVĚDOMÍ

**Ženská ňadra se s věkem mění, mladistvý tvar si ale mohou zachovat času i gravitaci navzdory. Nebojte se skalpelu a investujte do jejich modelace. Pozvedne nejen vaše prsa, ale i sebevědomí.**

LENKA LYSOŇKOVÁ

**M**áte-li za sebou těhotenství, kojení nebo se vám podařilo radikálně zatočit s přebytečnými kily, nejspíš ten pocit důvěrně znáte. Jako by se vaše prsa najednou odevzdala gravitaci a dala se na zbabělý ústup.

Jestli svůj dekolt přestáváte poznávat, vezte, že v tom rozhodně nejste sama. Poklesu ňader a nepříjemnému úbytku jejich objemu si v průběhu života všimne naprostá většina žen. Souvisí to s hormonálními změnami, které mění poměr prsní žlázy a tukového polštáře, z nichž jsou ňadra tvořena. A týkají se i žen,

kteří si mateřstvím neprošli. Dekolt postupně ztrácí na pevnosti i pružnosti a prsa se prověšují směrem dolů. A děje se to tím víc, čím větší číslo podprsenky jste původně měla.

### GRAVITACI NAVZDORY

Smířit se s tím ovšem nemusíte. Dobrý plastický chirurg dokáže vašim prsům vrátit to, oč je hormonální bouře spolu s časem a gravitací připravily, a to během jediné operace. Modelační mammaplastika neboli modelace prsou navíc patří k zákrokům, z jejichž výsledku se budete moci radovat ještě dlouhé roky.

„Efekt operace je dlouhodobý. Prsa sice s postupem let nebo při redukci váhy mohou ochabnout, dvorce už ale pořád budou výše a tvar prsou zůstane hezký. Prsa je navíc možné kdykoli v budoucnu vyplnit silikonovými implantáty nebo jinými metodami,“ vysvětluje přínosy zákroku plastický chirurg Libor Kment z pražské kliniky Esthé.

Sám modelaci doporučuje tehdy, když jsou prsa povadlá, když jejich kožní kryt je větší vzhledem k jejich objemu nebo když dvorce leží příliš nízko. Výsledný efekt? Ňadra se pozvednou a zpevní. A s nimi i ženské sebevědomí.

„Modelací se prsa vytvarují do požadovaného mladistvého tvaru. Někdy si

oproti zvětšení, pro které se často rozhodnou ženy, jejichž prsa jsou sice menší, ale přesto pěkná,“ popisuje své zkušenosti s úpravami dekoltu doktor Kment.

## AŽ PO DĚTECH

Ve srovnání se zvětšováním prsou vychází modelační mammaplastika jako méně bolestivý zákrok, a to navzdory tomu, že často bývá rozsáhlejší. To ale neznamená, že se obejde bez nepříjemných pocitů bezprostředně po zákroku a bez klidového režimu v období hojení.

Po operaci zůstanete den až dva na klinice a za dalších čtrnáct dní se můžete naplno vrátit ke svým běžným činnostem. Přibližně tři týdny po zákroku vás

**EFEKT ZÁKROKU JE OKAMŽITÝ. PACIENTKY BÝVAJÍ NADŠENÉ UŽ PRVNÍ DEN PO OPERACI, KDYŽ JDOU NA PŘEVAZ. MODELAČNÍ MAMMAPLASTIKA TOTIŽ UDĚLÁ KRÁSNÁ PRSA Z ŇADER, ZA KTERÁ SE ŽENY ČASTO STYDÍ A OBTĚŽUJÍ JE PSYCHICKY, NEBO DOKONCE ZDRAVOTNĚ. TO JE ROZDÍL OPROTI ZVĚTŠENÍ, PRO KTERÉ SE ČASTO ROZHODNOU ŽENY, JEJICHŽ PRSA JSOU SICE MENŠÍ, ALE PŘESTO PĚKNÁ. VE SROVNÁNÍ SE ZVĚTŠENÍM ČI ZMENŠENÍM PRSOU JDE NAVÍC O JEMNĚJŠÍ ZÁKROK.**

klientky omylem myslí, že se modelací prsa zmenší, ale nezmenší. Uebereme jen povrchovou vrstvičku kůže, takže objem prsou zůstane stejný,“ podotýká plastický chirurg Kment s tím, že se modelací také dají korigovat asymetrie prsou nebo některé vrozené vady tvaru prsou.

## VYSNĚNÝ TVAR

Modelace se často kombinuje i se zvětšováním prsou, nebo naopak s jejich redukcí tak, aby byl výsledný efekt co nejlepší. Záleží samozřejmě na tom, v jakém stavu váš dekolt je a jestli kromě tvaru potřebujete řešit i velikost prsou.

„Na modelaci je skvělé to, že je její efekt bleskový. Pacientky bývají nadšené už první den po operaci, když jdou na převaz. Modelační mammaplastika totiž udělá krásná prsa z Ňader, za která se ženy často stydí, která je obtěžují psychicky, nebo dokonce zdravotně. To je rozdíl

čeká vyndávání stehů, nepoužil-li lékař vstřebatelné. Prvních šest týdnů tak budete muset nosit speciální elastickou podprsenku bez kostic, a to jak přes den, tak v noci. Stejnou dobu byste se měla vyhýbat i fyzické zátěži.

Uvažujete-li o tom, že si prsa necháte „spravit“ po dětech, doporučuje se vyčkat se zákrokem minimálně půl roku po skončení kojení. Poměr mléčné žlázy a tuku se totiž v prsou mění postupně, a pokud byste se na zákrok vydala příliš brzy, mohla by část práce chirurgů zbytečně přijít vniveč. Také počítejte s tím, že po modelaci prsou nebudete smět pár týdnů zvedat cokoli těžkého – tedy ani děti.

A kolik vás vymodelování dekoltu bude stát? Podoba zákroku je poměrně individuální, výsledná cena se tedy odvíjí od jeho rozsahu. Obecně se ale dá říct, že ceny začínají na 45 tisících korun. ■

## ‘LIFTING’ PRO PRSA

### ZŮSTANOU MI po modelaci jizvy?

Modelace se dá provádět různými způsoby. V zásadě při ní ale lékař vždy zredukuje nadbytečnou kůži a upraví polohu prsních dvorců tak, že je vysune směrem vzhůru. Operační rány pak sešije způsobem, který Ňadrům dodá žádoucí tvar. Jizvám se tedy vyhnout nelze a je třeba vzít jejich existenci na vědomí. Obvykle mají tvar obráceného písmene T, které začíná pod dvorcem a končí pod prsem. Časem tyto jizvy ale vyblednou a díky své poloze se stanou takřka neviditelnými. Zvlášť budete-li jim po operaci věnovat náležitou péči v podobě tlakové masáže.

## ČEKÁNÍ NA CITLIVOST

Ženy, které se po modelaci rozhodnou, se často obávají, jestli budou jejich prsa po zákroku stejně citlivá jako před ním. A lékaři je uklidňují: citlivost bradavek se zpravidla dříve či později obnoví. Někdy jde o dny, jindy o týdny nebo měsíce. „Ve většině případů se citlivost prsou po operaci nezmění. V malém procentu se může objevit snížená citlivost či necitlivost dvorců nebo kůže v okolí živez. Tento stav se ale obvykle do roka od zákroku upraví. Jen u malého procenta žen se citlivost po operaci nevrátí,“ říká plastický chirurg.