**Poprawianie natury – jakie zabiegi najczęściej wykonujemy?**

**Chirurgia plastyczna powoli przestaje być w Polsce tematem tabu. Co ciekawe, wzorem zachodniej Europy czy Stanów Zjednoczonych, z tego typu zabiegów korzystają już nie tylko kobiety, ale coraz częściej także mężczyźni, którzy również pragną wyglądać pięknie i młodo. W jaki sposób najczęściej poprawiamy naturę?**

*- Zdecydowanie najpopularniejszym zabiegiem z zakresu chirurgii plastycznej jest liposukcja, czyli usunięcie nadmiaru tkanki tłuszczowej z określonej partii ciała, np. z nóg, brzucha szyi i innych co pozwala przywrócić im atrakcyjny wygląd - mówi dr n. med. Janusz Jaworowski, chirurg plastyczny z Renew Clinic.*

Oprócz tego chętnie poddajemy się też chociażby likwidacji nadmiaru skóry na powiekach, powiększaniu piersi oraz decydujemy się na „drobne” poprawki odstających uszu czy kształtu nosa.

*- Innym zabiegiem, który w ostatnim czasie cieszy się coraz większym zainteresowaniem kobiet, jest przywracanie wyglądu ciała sprzed porodu. Ciąża pozostawia przecież po sobie wyraźne ślady, stąd młode kobiet decydują się na korekty powłok brzucha, abdominoplastyka czy podnoszenie biustu – dodaje przedstawiciel Renew Clinic.*

**Konsultacje i świadoma zgoda**

Niezależnie od zakresu ingerencji, punktem wyjścia zawsze jest konsultacja u specjalisty. Podczas takiego spotkania chirurg plastyczny poznaje oczekiwania pacjenta i na podstawie własnego doświadczenia dobiera odpowiedni zabieg i sposób jego wykonania do oczekiwań pacjenta.

*- Przy tej okazji zlecane są także wszelkie niezbędne badania dodatkowe – jak np. badanie krwi, pozwalające określić, czy operacja może być wykonywana w znieczuleniu ogólnym – informuje dr Jaworowski.*

Istotnym elementem konsultacji jest też podpisanie świadomej zgody na przeprowadzenie zabiegu. Pacjent powinien dokładnie przeczytać ten dokument zanim go podpisze, bo dzięki temu pacjent uzyskuje pełny pakiet informacji na temat przebiegu zabiegu, oczekiwanych efektów, możliwych komplikacji oraz zaleceń pooperacyjnych.

**Rekonwalescencja i efekty**

W tym miejscu warto uświadomić sobie, że niemal każdy zabieg – z tymi z zakresu medycyny estetycznej włącznie – wiąże się z pewnym dyskomfortem. Przykładowo, w przypadku liposukcji, rekonwalescencja po operacji trwa ok. 2-3 dni.

*- Aspekt fizycznej sprawności to jedno. Do tego dochodzi jeszcze możliwość swobodnego pokazania się swojemu otoczeniu. By przyspieszyć efekty zaleca się więc pacjentom masaże i różnego rodzaju zabiegi wykonywane na ogół do dwóch razy w tygodniu – opisuje specjalista Renew Clinic.*

Z kolei w przypadku operacji okolic twarzy okres rekonwalescencji trwa około 14 dni – cały ten czas może się bowiem utrzymywać różnego stopnia opuchlizna.

*- Na koniec warto przypomnieć, że ostatecznie najlepszy efekt uzyskujemy mniej więc po 6 miesiącach od operacji, a np. w przypadku korekt nosa – nawet po upływie roku. Z oceną rezultatów każdorazowo należy się zatem nieco wstrzymać i po prostu zaufać w tym względzie specjalistom – dodaje dr Janusz Jaworowski.*