

بیمارستان فوق تخصصی آپادانا



ابدومینوپلاستی



« دفتر بهبود کیفیت و اعتباربخشی »

A.PAM.SU.01

با آرزوی سلامتی برای کلیه بیماران



هر گونه رژیم غذایی شدید از دو هفته قبل تا دو هفته بعد از عمل جراحی ممنوع است. در مورد قطعاً اسپیرین، پلاویکس، کومادین (وارفارین) باید با پزشک خود مشورت کنید. داروهای فشار خون و تیروئید با اطلاع پزشک باید ادامه یابد. مصرف داروهای غیر ضروری مثل ویتامین ها و مکمل های غذایی و تقویت کننده ها بهتر است از چند روز قبل تا چند روز بعد از جراحی قطع شود.

برای بعد از عمل داشتن موارد زیر کمک کننده است:

- ۱- لباس های راحت و گشاد که به راحتی بتوان پوشید.
- ۲- تلفن و دفترچه تلفن حاوی شماره های ضروری در کنار تخت
- ۳- دوش حمام قابل دسترسی در وضعیت نشسته و صندلی حمام
- ۴- هر نکته ای که به فکر شما می رسد که در دوره نقاهت بتواند کمک کننده باشد

عوارض و مشکلات جانی ابدومینوپلاستی چیست؟

بسته به وسعت جراحی درجانی از درد و تورم را تجربه خواهید کرد. معمولاً درد مینی ابدومینوپلاستی قابل اغماض و درد ابدومینوپلاستی با ترمیم عضله متوسط تا شدید است. احساس درد و حساسیت ممکن است چند هفته و گاهی تا دو سه ماه در موارد جراحی کامل بطول بیانجامد، در عمل کامل خستگی و ضعف عمومی تا مدتی دیده می شود.

مثل هر جراحی دیگری خطراتی احتمال بروز دارند که در زمینه مناسب احتمال بروزشان افزایش نیز می یابند (مثل دیابت، بیماریهای قلبی، کبدی، ریوی یا مصرف سیگار)

-اسکار (محل برش) بدشکل، خونریزی و هماتوم (تجمع خون)، عفونت، تجمع مایع، لخته و آمبولی، ترمیم ناکافی و باز شدن زخم، سیاه شدن پوست (نکروز) بی حسی یا گزگز در نواحی پایین ناف، خطرات ناشی از بیهوشی عمومی، تغییر رنگ پوست، تورم ناحیه ای، نکروز چربی (مرگ سلول های چربی در یک ناحیه) وعدم تقارن

آیا این عمل جایگزینی برای رژیم غذایی مناسب و ورزش می باشد؟

مسلماً نه. برای حفظ نتیجه شما باید وزن خود را ثابت نگه دارید و از اضافه وزن بالای ۵٪ به شدت بپرهیزید.

عمل جراحی زیبایی شکم یا ابدومینوپلاستی اقدامی تهاجمی جهت صاف و کشیده کردن شکم به وسیله ی خارج کردن پوست و چربی اضافی و سفت کردن عضلات جدار شکم میباشد. این عمل برخلاف اعمال جراحی محدود مثل پلک یا بینی یک اقدام جراحی عمده محسوب میگردد. و اگر در فکر انجام آن هستید بهتر است قبل از عمل اطلاعات کافی در مورد آن به دست آورید و با چشمانی باز تصمیم بگیرید. ابدومینوپلاستی برای بیماری مناسب است که تمام اقدامات غیر تهاجمی تر مثل رژیم و ورزش و... را امتحان کرده و نتیجه نگرفته و در حال افزایش وزن نیست.

بهترین بیمار برای ابدومینوپلاستی کیست؟

ابدومینوپلاستی برای افرادی که سلامت عمومی خوب و وزن ثابتی دارند سیگار نمیکشند و پوست اضافی به همراه عضلات جدا شده در خط وسط دارند میتواند ظاهر اندام را بهبود ببخشد.

کدام بیمار نباید جراحی شود؟

۱. خانمی که هنوز ممکن است بچه دار شود بهتر است از ترمیم بدون دوختن عضله (فقط پوست و چربی) استفاده کند یا کلا جراحی را به بعد از زایمان هایش به تعویق بیندازد.

۲. فردی که می خواهد لاغر شود بهتر است اول به وزن ایده ال خود برسد و سپس برای جراحی اقدام کند

۳. این عمل جراحی با ایجاد برش طولی در زیر شکم انجام می شود، که جای آن همیشه به جا می ماند، گرچه در اکثر بیماران این محل برش در طول ۶-۱۲ ماه به فرم قابل قبول در می آید (یک خط باریک) ، در موارد نادری احتمال بروز گوشت اضافی (هایپرتروفیک اسکار) یا پهن شدن محل برش و بد شکلی های دیگر وجود دارد اگر شما نمی توانید ریسک یک اسکار (محل برش) بد را هر چند کم بپذیرید بهتر است از انجام عمل خودداری کنید.

ابدومینوپلاستی چگونه انجام میشود؟

این عمل جراحی بسته به میزان و محل پوست اضافی و وضعیت عضلات جدار شکم و میزان و محل چربی اضافی ممکن است از یک جراحی کوچک سرپایی به مدت زیر ۲ ساعت تا یک عمل جراحی وسیع و عمده با بیش از ۵ ساعت به طول بیانجامد، علاوه بر وضعیت شکم، توقع بیمار و سلامت عمومی و سابقه ی کشیدن سیگار میتواند در تصمیم گیری نوع عمل جراحی موثر باشد، در هر حالت بیمار تحت بیهوشی عمومی قرار خواهد گرفت به علاوه در موارد مینی ابدومینوپلاستی (عمل زیر ناف) شما ممکن است به فاصله ی کوتاهی مرخص شوید و لازم است در این صورت یک همراه قابل اطمینان از کیلینیک تا خانه و برای یکی دو شب اول داشته باشید. تصمیم در مورد وسعت جراحی در ویزیت های قبل از عمل (حداقل ۲ ویزیت) با توافق پزشک و بیمار حاصل خواهد شد .

۱. کوچکترین، ساده ترین و راحتترین فرم جراحی مینی ابدومینوپلاستی است که از برش کوچکتری استفاده میشود و معمولا دور ناف برش ندارد. این جراحی که حدود ۲ ساعت طول میکشد، برای بیمارانی مناسب است که مشکل پوست و یا چربی اضافی آنها مختص پایین شکم است. در افرادی که سلامت عمومی آنها به دلیل بیماریهای طبی (مثل مشکلات قلبی یا سیگار و...) به خطر افتاده و امکان رفع آن فعلا موجود نیست. ۲. در ابدومینوپلاستی کامل برش زیر شکم معمولا از یک پهلو تا پهلو دیگر در زیر شکم امتداد می یابد و این روش برای فردی است که به حداکثر ترمیم نیاز دارد. جراح در این عمل پوست و عضلات را جابه جا میکند و در مواردی این جراحی وسیع ممکن است با ساکشن محدود همراه شود. شما در این جراحی برشی دور ناف خواهید داشت، زیرا لازم است نسوج اطراف ناف آزاد گردند. بعد از عمل جراحی لوله ای جهت خروج ترشحات به جا میماند که ممکن است چند روز در محل باقی بماند (درن).

۳. 'whole body lift': یا ابدومینوپلاستی گرداگرد، وسیع ترین عمل جراحی

در این حیطة است که ممکن است در یک مرحله یا در دو نوبت مجزا انجام میگردد. در این روش برش کاملا □ به ناحیه ی پشت امتداد می یابد و بیمار در دو جهت روی تخت عمل خواهد خوابید، ابتدا به شکم و سپس به پشت. این جراحی برای افرادی که کاهش وزن بسیار شدید داشته اند، لازم میشود و اغلب خالی از عارضه نیست. شما هر یک از این سه نوع جراحی را که داشته باشید احتیاج به مراقبت های بعد از عمل دارید. نوع پانسمان طرز نگهداری از لوله ها (درن ها) فرم خوابیدن فرم راه رفتن و نشستن به شما آموزش داده میشود و شاید برای چند هفته نیاز باشد از گن های مخصوص (شکم بند) استفاده کنید. در عمل ابدومینوپلاستی کامل نتیجه عمل به همراهی و همکاری شما شدیدا وابسته است. اگر در هنگام مشاوره قبل از عمل به این نتیجه رسیدید که توانایی انجام مراقبت های بعدی را ندارید، یا زمان آن را در اختیار ندارید از پزشک بخواهید که به شما اقدامی ساده تر را پیشنهاد کند یا از جراحی حذر کنید. نکته ی مهمی دیگری که باید قبل از عمل با پزشک بر سر آن توافق کنید میزان استراحت از کار و زمان شروع فعالیت سنگین است. یک مینی ابدومینوپلاستی سبک ممکن است یک هفته تا ده روز دوره ی نقاهت داشته باشد ولی یک ابدومینوپلاستی کامل با دوختن عضلات جدار شکم و ساکشن پهلوها معمولا یک ماه تا گاهی ۶ هفته نیاز به استراحت از کار و ورزش دارد.

آیا آمادگی خاصی قبل از عمل لازم است؟

دوره ی آمادگی اکثرا مربوط به ترک دخانیات است. برای جراحی محدود و زیر ناف شاید ترک سیگار برای دو هفته قبل و بعد از عمل کافی باشد، اما برای جراحی کامل حداقل یک ماه قبل تا سه هفته بعد از جراحی باید هر گونه مصرف دخانیات قطع شود. کشیدن سیگار، قلبیان حضور در کنار فرد سیگاری، استفاده از پیچ نیکوتین یا آدامس های نیکوتین ممنوع است. کاهش تعداد سیگار به هیچ وجه کافی نیست و باید مصرف به صفر برسد. این مهمترین نکته ی قابل پیشگیری در ترمیم زخم است. (نکته ی مهم دیگر ژنتیک است که قابل پیشگیری نیست)