



JUVENTINA
CLINIC



POVEČAVA DOJK

augmentacijska mamoplastika



6 KORAKOV DO CILJA

1. IMATE SAMO ENO TELO

4

Osnovne pisne informacije vam bodo v pomoč pri pripravi na kirurški poseg in prvi korak na poti do cilja.

2. SPLOŠNA POJASNILA O OPERATIVNI POVEČAVI (AUGMENTACIJI) DOJK

5

Preberite si nekaj splošnih pojasnil o vašem problemu in njegovi korekciji.

3. KORISTNI NAPOTKI PRED POSEGOM - PRIPRAVA NA VAREN POSEG

10

Koristni napotki vam bodo omogočili, da boste prišli na poseg pripravljeni, brez strahu in nepotrebnih presenečenj.

4. KAKOVOSTNA ANESTEZIJA ZA VAREN POSEG

18

Anestezija je pomemben del kirurškega posega. Biti mora dobro načrtovana in prilagojena posamezniku. Omogoča varen poseg brez odvečnih bolečin.

22

5. SPET DOMA: KAKO NAPREJ?

Kaj sledi operaciji? Preberite, kako si lahko sami olajšate in pospešite okrevanje, negujete brazgotine in začnete s telesno dejavnostjo.

6. OBRAZCI

Prosimo, izpolnite obrazce:

- Vprašalnik o zdravstvenem stanju bolnika pred operacijo
- Soglasje za anesteziološko obravnavo
- Prostovoljna privolitev po pojasnitvi - POVEČAVA (AUGMENTACIJA) DOJK
- Obrazec za privolitev v kirurški poseg/postopek ali zdravljenje
- Vprašalnik o zadovoljstvu bolnikov z oskrbo pred in med posegom ter po njem

IMATE SAMO ENO TELO

Spoštovani,

veseli nas, da ste za uresničitev svojih želja izbrali našo ekipo. Prepričani smo, da vas bomo s svojim znanjem, skrbnostjo, profesionalnim in človeškim odnosom razveselili, izpolnili obljube in vaša pričakovanja.

Običajno se pacienti pred operacijo počutijo nelagodno, spremlja jih strah, pa tudi številna pozitivna čustva pred spremembo.

Da bi bilo nelagodja in strahu pred neznanim čim manj, smo za vas pripravili knjižico s koristnimi informacijami o operativni povečavi (augmentaciji) dojke. Knjižica vsebuje splošna pojasnila o operativnem posegu, pripravi na varen poseg, anesteziji in ravnanju po posegu. Poleg knjižice boste prejeli 5 obrazcev, ki jih izpolnite:

- **pred operacijo: Vprašalnik o zdravstvenem stanju bolnika pred operacijo**, ki nam ga izpolnjenega pošljite po e-pošti (info@juventina.si);

- **na dan operacije:** pred posegom boste izpolnili: Soglasje za anesteziološko obravnavo, **Prostovoljno privolitev po pojasnitvi** z opisom tveganj, možnih zapletov operacije in drugih možnosti zdravljenja ter **Obrazec za privolitev v kirurški poseg/ postopek ali zdravljenje**;



- **po operaciji:** hvaležni vam bomo za vaše mnenje, ki bo prispevalo h kakovosti obravnave v prihodnje. Prosimo, da izpolnite **Vprašalnik o zadovoljstvu bolnikov z oskrbo pred in med posegom ter po njem** in nam ga izpolnjenega pošljete po e-pošti (info@juventina.si).

Poleg dobre kirurške tehnike je še veliko spremenljivk, ki vplivajo na dober končni izid posega. Mnoge od njih so odvisne tudi od vas. Da bo poseg čim varnejši in končni rezultat čim boljši, natančno in v celoti preberite knjižico s koristnimi informacijami, ki vam bodo v veliko pomoč pri pomembnih odločitvah in med zdravljenjem. V primeru kakršnihkoli vprašanj ali nejasnosti smo na voljo še pred operacijo. Vprašanja nam lahko pošljete po e-pošti, lahko pa se tudi naročite na dodaten posvet (info@juventina.si).

SPLOŠNA POJASNILA O OPERATIVNI POVEČAVI DOJK (AUGMENTACIJSKI MAMOPLASTIKI)

Zunanji videz dojke je zelo pomemben za samopodobo ženske. Mlajše pogosto moti prirojena slaba razvitost dojke, ko je prostornina ene ali obeh dojk premajhna. Starejše ženske pa moti spremenjen videz dojke, ki je posledica anatomskih in fizioloških sprememb po porodu in zaradi staranja. Povečanje dojke sodi med najpogostejše estetske operacije. Je skupno ime za različne kirurške posege, ki imajo enak cilj: lepši in naraven videz dojke ter njihovo povečanje v skladu s preostalim telesom. Na osnovi anatomskih danosti in želje bolnice izberemo ustrezen silikonski vsadek. Določimo njegove prostornino, obliko, površino in polnilo.

POSTOPEK

Kirurško povečanje dojke navadno opravimo v splošni anesteziji v bolnišnici ali strokovno usposobljenem centru. Dolžina operacije je odvisna od izbire velikosti vsadka in načina vstave. Navadno traja od eno do dve uri. Izbrani kirurg naredi nekaj centimetrov dolg rez na mestu, ki ga med pregledom pred posegom izbere z bolnico.

- Najpogosteje izberemo rez, ki je skrit v kožni gubi pod dojko in omogoča dobro preglednost med operacijo in enostavno vstavo silikonskega vsadka.
- Rez ob kolobarju je zelo dobro skrit, vendar ni primeren za vse bolnice.



- Rez v pazduhi je primeren za ženske, ki ne želijo imeti brazgotin na dojkah.

Vsi rezi imajo svoje prednosti in slabosti, za posledico pa nekaj centimetrov dolgo brazgotino na koži, ki estetsko največkrat ni moteča.

Ne glede na izbiro reza pa je pomembno, da izberemo primeren položaj vsadka. Vsadke lahko med kirurškim povečanjem dojke namestimo pod mlečno žlezo (podžlezna vstava) ali pod veliko prsno mišico (podmišična vstava) oz. pod mišično ovojnico.

Pogosto se odločimo za sodobno dvonivojsko vstavo (biplanarna ali dualplain«), pri kateri dobimo boljšo obliko spodnjega pola dojke, zgornji del vsadka pa prekrijemo z mišico (rob vsadka ni viden ali tipen). Kombiniramo tudi tehniko namestitve vsadka pod ovojnico velike prsne mišice in lipofilinga.

Navadno imajo bolnice nekaj dni po operaciji zmerne bolečine, ki so posledica raztegnitve mišice in kože ter pritiska na čutilne živce. Največje bolečine so v prvih 24 do 72 urah in jih blažimo z različnimi sredstvi proti bolečinam. Dojke so sprva nekoliko otekle in boleče na pritisk.

K hitrejšemu okrevanju in primernemu položaju dojke pomembno prispeva tudi uporaba posebnega nedrčka ali kompresijskega perila. Kompresijsko perilo je oblikovano tako, da omogoča dodatno oporo med okrevanjem in zmanjšuje bolečine. Okrevanje je različno dolgo in odvisno od številnih dejavnikov (npr. lastnosti tkiva, velikosti vsadka, mesta vstave, starosti ženske itn.).

MOŽNI ZAPLETI

Zapleti so redki. Med akutne zaplete sodita krvavitev (hematom) in vnetje. Med kasne zaplete pa zlasti nastanek moteče tkivne ovojnice, ki lahko spremeni obliko dojke in povzroča bolečine. Pri 15 odstot-

kih bolnic je posledica operacije trajna sprememba občutljivosti bradavice, pri manj kot 1 odstotku bolnic pa klinično opazna okužba v okolici vsadka. Pomemben zaplet je tudi asimetrija, ki je lahko posledica premika ali tkivnih sprememb v okolici vsadka. Treba se je tudi zavedati, da vsadki niso trajni in da je po določenem času potrebna operacija za zamenjavo vsadka. Možni so tudi drugi zelo redki zapleti, o katerih se lahko pogovorite s svojim izbranim kirurgom, ki vam bo pred posegom odgovoril na vsa vaša vprašanja.

Več si lahko preberete v brošuri proizvajalca in obiščete stran www.newbreast.eu

POVEČAVA (AUGMENTACIJA) DOJK



Anestezija:
splošna



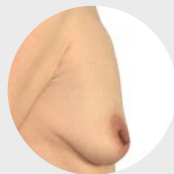
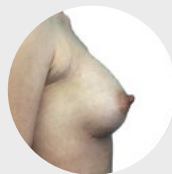
Čas posega:
1-2 uri



Čas okrevanja:
7-14 dni



Število posegov:
1

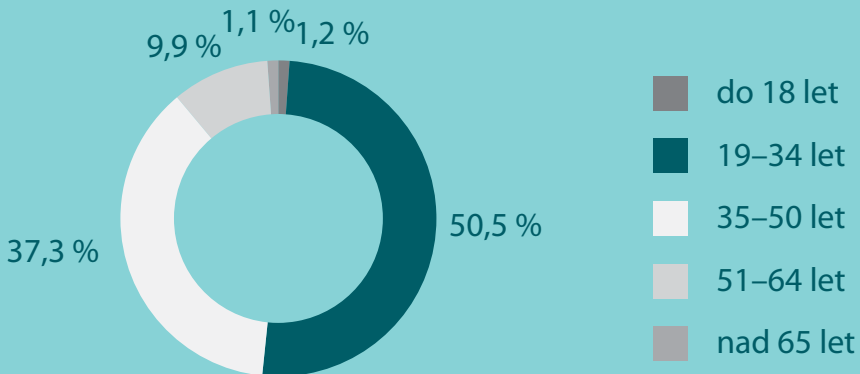




329.914

žensk se je v letu 2018
odločilo za povečavo dojk*

POSEGI POVEČAVE DOJK PO LETIH



*ZDA, po podatkih Ameriškega združenja za estetsko plastično kirurgijo (ASAPS)

IZBIRA USTREZNEGA VSADKA

Pri izbiri ustreznega vsadka so pomembni:

- **OBLIKA VSADKA**

Izberemo lahko različne vsadke (kapljičaste ali okrogle) glede na obliko in velikost dojk. Z anatomskimi (kapljičastimi) vsadki lahko dosežemo bolj naravno obliko dojke. Vsadek je lahko nizkega, srednjega ali visokega profila, različno širok in visok.

- **POVRŠINA VSADKA**

Izberemo lahko vsadek s hrapavo (drobno teksturirano) površino. To delno preprečuje premike in rotacije vsadka ter tudi nastanek čvrste tkivne ovojnice okoli vsadka. Vsadki z gladko površino imajo sicer tanjšo tkivno ovojnico, vendar pa jih je več.

- **PROSTORNINA VSADKA**

Za prostornino vsadka se odločimo zlasti na osnovi prostornine dojk in želje bolnice. Ker sta cilj estetske operacije telesna skladnost in lepota, moramo natančno izmeriti bazo dojke, ki določa prostornino vsadka. Najpogosteje uporabljamo vsadke s prostornino od 180 do 350 ml. Pri ženskah s širokim prsnim košem pa uporabimo vsadke s širšo bazo in večjo prostornino (300-450 ml). Pri izbiri prostornine vsadka je vedno treba upoštevati tudi prostornino obstoječe dojke.



• POLNILO VSADKA

Vsadki so lahko napolnjeni s silikonskim gelom ali fiziološko raztopino. Glavne prednosti vsadkov, ki so napolnjeni s fiziološko raztopino, so: nizka stopnja nastanka tkivnih ovojnic okoli vsadka, hitro prilagajanje telesni temperaturi, ob morebitnem puščanju se tekočina varno absorbira. Glavni slabosti sta gubanje vsadka (angl. wrinkling), ob puščanju pa se lahko vsadek popolnoma izprazni. Glavna prednost silikonskega polnila je bolj naravna oblika. Slabosti pa so: višja verjetnost nastanka tkivnih ovojnic, počasno prilagajanje telesni temperaturi (plavanje v hladni vodi), ob pretrganju ovojnice (rupturi) lahko pride do vnetja in granulomov. Sodobni vsadki vsebujejo koheziven gel, ki je čvrstejši (kot mehki gumijasti bonboni) in se ne razlije. Pred posegom si bolnica ogleda in otipa različne vsadke in njihovo vsebino - kohezivni gel ter vsadek izbere na osnovi meritev in uporabi zunanjih protez (sizerjev). Prednost uporabe zunanjih protez pred virtualnimi 3D-aplikacijami so zlasti realna ocena velikosti in teže vsadka ter občutek pri gibanju, hoji in športnih aktivnostih.

VARNOST UPORABE SILIKONSKIH VSADKOV

Ameriška agencija za hrano in zdravila (FDA) dovoljuje uporabo določenih silikonskih vsadkov za povečanje dojk in rekonstrukcijo. Po dosedanjih izkušnjah

je uporaba silikona varna in doslej zbrani znanstveni dokazi ne kažejo nobene zanesljive povezave med silikonskimi vsadki ter pojavom raka dojk. Poleg tega se silikon uporablja v živilski, farmacevtski in kozmetični industriji in večina ljudi je v stiku z njim v taki ali drugačni obliki praktično vsak dan. Raziskave so pokazale, da dojenčki, ki jih prehranjujejo po steklenički s pripravljeno hrano, zaužijejo več silikona kot dojeni otroci mater, ki imajo silikonske vsadke.

Od začetka uporabe silikonskih vsadkov smo pričali številnim izboljšavam v njihovem razvoju, tako v kakovosti materiala kot pestrosti oblik. Vendar pa je treba spremljati vsa znanstvena odkritja na področju estetske in rekonstruktivne kirurgije, ki uporablja silikonske vsadke, in zagotoviti največjo možno stopnjo varnosti.

Pred posegom se z izbranim kirurgom pogovorite o zadnjih spoznanjih povezanih s silikonskimi vsadki.



KORISTNI NAPOTKI PRED POSEGOM - PRIPRAVA NA VAREN POSEG

Odločitve o zdravljenju morajo biti prostovoljne in dobro pretehtane. Temeljiti morajo na ustreznih informacijah usposobljenih strokovnjakov in informacijah pacientov z enakimi težavami, ki so pripravljene deliti svojo izkušnjo.

Veliki zdravstveni sistemi v razvitem svetu so že prepoznali pomen ustrezne priprave na kirurški poseg, ki za vsakega posameznika pomeni stres in psihofizični napor. Z ustrezno pripravo na operacijo, ki vključuje psihično in telesno pripravo ter ustrezno prehrano s prehranskimi dopolnili ali brez njih, si skrajšate in olajšate okrevanje ter pozitivno vplivate na celjenje ran. Ustrezno pripravo na operativni poseg vam lahko ponudijo tudi strokovnjaki v našem medicinskem centru; na voljo so prehransko svetovanje, psihološka priprava in fizioterapija. Prav tako ponujamo programe po posegu, s katerimi želimo doseči čim manj stresno in čim hitrejšo okrevanje. Ti programi obsegajo nego brazgotin, fizioterapijo ter preprečevanje oteklin z masažo in limfno drenažo. Več o programih, ki jih ponujamo, si lahko preberete na naši spletni strani (www.juven-tina.si).

Pomembno je, da imate tudi v domačem okolju ustrezno podporo in pomoč partnerja, družine in prijateljev ter ste ure-



dili vse poklicne in družinske obveznosti. Pred posegom morate imeti urejene tudi spremljajoče bolezni (povišan krvni tlak, sladkorno bolezen, ipd.).

IZBIRA LOKACIJE TKIVNEGA ŽEPA ZA VSADEK IN KIRURŠKEGA REZA

Izbira lokacije tkivnega žepa za vsadek je odvisna od lastnosti tkiva dojke (kakovost kože, velikost žleze), oblike prsnega koša, vašega življenjskega sloga (telesna dejavnost) in tega, ali ste v preteklosti že dojili. Kirurški rez izberemo glede na izbiro lokacije tkivnega žepa, velikost vsadka in vaše želje glede mesta brazgotine. Kirurg vam bo svetoval, katera lokacija tkivnega žepa in kirurškega reza je za vas najprimernejša.

Pri mlajših bolnicah z dobro kakovostjo tkiva se navadno odločimo za subfascialno vstavo, pri kateri vstavimo vsadek pod prsno žlezo in prekrijemo s sprednjim

delom mišične ovojnice velike prsne mišice. Pri starejših bolnicah, pri katerih je navadno že prišlo do večje ali manjše atrofije tkiva dojke, oziroma če tkivo dojke ne more dovolj pokriti vsadka, se navadno odločimo za dvonivojsko vstavo, pri kateri je zgornji del vsadka pokrit z veliko prsno mišico in žlezo, spodnji pol pa z debelejším slojem žleznega tkiva dojke. Če so vaše dojke do neke mere ptotične (povešene), sočasno s povečavo dojk svetujemo

njihov dvig (mastopeksijo). Namreč, če tega ne izvedemo, se bodo lahko dojke po povečavi ob dodatni teži vsadkov še bolj povesile in s končnim rezultatom ne boste zadovoljni. Poleg povečave dojk z vsadki se lahko sočasno odločite za dodatno povečanje dojk s telesu lastnim maščobnim tkivom, s katerim pogosto lahko izboljšamo kakovost tkiv in obliko ter poudarimo estetske linije.



POMEMBNA DEJSTVA, PREDEN SE ODLOČITE ZA OPERATIVNO POVEČANJE (AUGMENTACIJO) DOJK

- Pri večini povečanje dojk izboljša samopodobo, samozavest in ustvarjalnost ter spolno življenje.
- Operativno povečanje (augmentacija) dojk najverjetneje ne bo edini poseg za izboljšanje videza dojk v vašem življenju. Mlajši ko se za poseg odločite, verjetneje boste potrebovali dodatno kirurško korekcijo v prihodnosti.
- Po operaciji ni poti nazaj: tudi če bi se po povečanju dojk odločili za odstranitev vsadkov, dojki ne bosta enaki kot pred operativnim povečanjem.
- Prsni vsadki niso večni: s časom se starajo in obrabljajo, lahko se poškodujejo in jih je treba odstraniti ali menjati, torej je potreben dodaten operativni poseg kasneje v življenju.
- Prsni vsadki so za telo tujek, zato jih začne obdajati z ovojnico (kapsulo). Kapsula je lahko zelo čvrsta ter spremeni obliko vsadka in s tem prsi; to imenujemo kapsularna kontraktura. Izboljšamo jo operativno.
- Oblika in velikost vaših dojk pred operacijo bosta vplivali na to, kateri vsadki, pristop in lokacija tkivnega žepa za vsadek vam bodo priporočeni, in tudi na končni rezultat operacije.
- Dojke se spreminjajo v nosečnosti, med dojenjem, s staranjem, v menopavzi in ob večjih nihanjih telesne teže. Če se spremenijo po vstavitvi vsadkov, bo za popravo stanja najverjetneje potreben dodaten kirurški poseg.
- Fotografije z interneta ali primerjanje s prijateljico niso primeren način za določanje velikosti vsadkov in končnega rezultata operacije, ki je v veliki meri odvisen od vaših telesnih danosti in tako za vsako žensko unikatno. Glede na vaše telesne danosti neprimerno izbrani vsadki povečajo nevarnost zapletov in potrebo po dodatnih kirurških korekcijah v prihodnosti.
- Če so vaše dojke pred operacijo različne velikosti in oblike, je malo verjetno, da bo po operaciji dosežena popolna simetrija.
- Za kakovost vsadka je odgovoren proizvajalec, zato se pred posegom lahko o garanciji posvetujete z dobaviteljem ali preko spletne strani izbranega proizvajalca (npr. Breastimplants-byMentor.net)

PREISKAVE IN IZVIDI PRED POSEGOM

Za varen poseg svetujemo, da upoštevate svojo starost opravite preiskave, navedene v spodnji tabeli. Dodatno bomo glede na izpolnjeni Vprašalnik o zdravstvenem stanju bolnika pred operacijo presodili, ali potrebujete še kakšne druge preiskave.

Prosimo, da ob sprejemu v medicinski center za operacijo s seboj prinesete izvide spodnjih preiskav, ki naj ne bodo starejši od 1 meseca, razen RTG prsnih organov, ki naj ne bo starejši od 1 leta.

mlajši od 40 let	med 40. in 60. letom	nad 60 let
hemogram	hemogram krvni sladkor elektroliti kreatinin in sečnina EKG	hemogram krvni sladkor elektroliti kreatinin in sečnina EKG alkalna fosfataza RTG prsnih organov z odčitanim izvidom

Preiskave lahko opravite tudi v Medicinskem centru Ljubljana, v laboratoriju Biolab, kjer vam ponujamo prednostno obravnavo in popust.



Laboratorij Biolab
Vilharjev podhod 23, Ljubljana



01/ 235 05 40 01/235 05 45
01/ 235 05 44



laboratorij@biolab.eu.com

S seboj prinesite tudi vse izvide pregledov in preiskav pri drugih specialistih v zadnjih petih letih.

V primeru, da redno jemljete zdravila, prosimo, da natančno preberete strani 20 in 21.

PREGLED DOJK IN SLIKOVNA DIAGNOSTIKA PRED OPERACIJO

Pri operaciji dojk opravimo prerazporeditev žlezno-maščobnega tkiva, kar ima za posledico brazgotinjenje, ki lahko delno vpliva na preglednost tkiva s slikovnimi tehnikami. Zato svetujemo osnovni pregled dojk s primerno slikovno diagnostiko pred posegom, še zlasti pri starejših bolnicah in ženskah s sumljivimi spremembami v tkivu dojk, nosilkah spremenjenih genov ali tistih, katerih sorodnice so zbolele za rakom dojk. Operacija preoblikovanja dojk pa ne vpliva na večjo pojavnost raka dojk.

SPREJEM V MEDICINSKI CENTER IN POSEG

Če ste se odločili za poseg in izbrali našo ekipo, nam na e-naslov (info@juventina.si) sporočite svoje kontaktne podatke (e-naslov in telefonsko številko) in želeni termin posega. Potrudili se bomo, da termin za poseg upoštevamo, oziroma vam bomo ponudili druge možnosti.

Na dan posega se po prihodu v medicinski center glasite v administraciji.

Prosimo, da s seboj prinesete:

- vse izvide, povezane s posegom
- kartico zdravstvenega zavarovanja in osebni dokument

- potrdilo o plačilu posega
- kompresijski modrček oziroma vse, o čemer ste se dogovorili s kirurgom

Sprejemu sledijo namestitvev, pogovor z anesteziologom in izbranim kirurgom, naris in odgovori na vsa vaša vprašanja. Nato boste premeščeni v najsodobnejšo operacijsko dvorano, kjer se bodo začeli postopki splošne anestezije in izvedel poseg. Posegu sledita prebujanje in nadzor v sobi za prebujanje. Po prebujanju vas bomo premestili v bolniško sobo za holistično oskrbo, kjer boste ostali do odpusta. Ob odpustu vam bomo dali natančna navodila za nego doma, ta bodo tudi napisana v odpustnem pismu.

V medicinskem centru bo za vas skrbela izkušena ekipa, sestavljena iz operaterja in asistenta (specialistov kirurgov), specialista anesteziologa in anesteziološke medicinske sestre, dveh inštrumentark, dežurnega zdravnika in medicinskega osebja.

Večina pacientov je odpuščena domov 24 ur po posegu. Navedeno časovno obdobje je zgolj informativno. Bivanje v medicinskem centru prilagodimo vsakemu posameznemu pacientu, tako da zagotovimo varnost in ugodimo vašim željam.

Za prihod v medicinski center svetujemo športna, udobna oblačila ter da nakita in vrednih predmetov ne nosite s seboj. Naprošamo vas tudi, da nam vse morebitne posebne želje sporočite pred posegom.

Vedite, da domov ne morete in ne smete voziti sami. Dogovorite se za prevoz s svojci ali prijatelji.



UŽIVANJE HRANE IN PIJAČE PRED OPERACIJO

Ker kirurška povečava dojk poteka v splošni anesteziji, morate biti vsaj 6 ur pred operacijo tešči. To pomeni, da **vsaj 6 ur pred njo ne uživajte ne hrane ne pijače**. Povprašajte za okvirno uro posega.

To je pomembno zato, ker zaradi zdravil, uporabljenih med anestezijo, oslabijo zaščitni refleksi v žrelu, kar lahko, če je želodec poln, privede do bruhanja in vdihavanja želodčne vsebine v pljuča. To lahko povzroči zaplete po operaciji (npr. pljučnico, nevarnost zadušitve).

STOP KAJENJU

Kajenje poveča število pljučnih zapletov pri splošni anesteziji, nikotin zožuje žile in s tem onemogoča preskrbo tkiv s kisikom ter tako vpliva na slabo, podaljšano celjenje ran. Zaradi tega se lahko razpre kirurška rana, odmre koža v okolici kirurškega reza, nastane okužba in v končni fazi grde brazgotine. Zato je pomembno, da vsaj 4 tedne pred operacijo ne kadite ali uporabljate izdelkov, ki vsebujejo nikotin, ter da po operaciji nadaljujete abstinenco še vsaj 2 tedna, oziroma dokler rane niso povsem zaceljene.

MEDICINSKO FOTOGRAFIRANJE PRED IN PO POSEGU

Pred posegom in po njem bomo opravili medicinsko fotografiranje. Te fotografije so del zdravstvene dokumentacije.

S fotografijami stanja pred posegom se z izbranim kirurgom lažje dogovorite o tem, kaj natančno si želite in kaj od posega pričakujete ter kaj je pri vas možno storiti. Fotografije po posegu so namenjene analizi njegovih rezultatov. Medicinsko fotografiranje opravi kirurg v standardnih razmerah. Ob tem vam zagotavljamo zasebnost, varujemo vašo identiteto in osebne podatke.

NE POZABITE NA KOMPRESIJSKI MODRČEK

Po posegu vam bomo namestili kompresijski modrček, ki daje čvrsto oporo, zmanjšuje oteklino ter preprečuje nabiranje krvi in sokrvice v operiranem predelu. Navadno je kompresijski modrček treba nenehno nositi še 4 tedne po operaciji.

Vaš izbrani kirurg vam bo svetoval, katero velikost modrčka boste po posegu potrebovali in kako dolgo po njem ga boste morali nositi.

Prosimo, da si kompresijski modrček priskrbite že pred posegom in ga imate ob sprejemu v medicinski center s seboj.

Priporočamo modrček **LISCA by prof. Uroš Ahčan »Breast Help Aesthetical«**. Izdelan je iz kakovostnega mehkega bombaža, brez lateksa in ima brezšivni košarici, široko podpršno elastiko in nadprсни kompresijski pas, ki zagotavljata čvrsto oporo, da med celjenjem vsadki ostanejo na svojem mestu. Modrček ima tudi sistem ježkov in kaveljčkov, ki omogoča preprosto zapenjanje in prilagajanje dnevnim dejavnostim, široke podložene naramnice, ki jih lahko preprosto prilagajate, zadržuje povečani dojki v primernem položaju, omogoča varno gibanje ter lajša pooperativne bolečine. Modrček je bil izdelan na osnovi analiz, želja in potreb bolnic.



Kompresijski modrček je na voljo v prodajalnah **LISCA** in **na spletu**:
www.lisca.si/breast-help-modrcek-aesthetical.html

FINANČNA ODGOVORNOST

Poseg, ki ga bomo opravili, je samoplačniški, kar pomeni, da niste upravičeni do povrnitve stroškov s strani Zavoda za zdravstveno zavarovanje Slovenije (ZZZS). Cena posega vključuje različne stroške za predvidene storitve. Celotna cena vključuje stroške operacijskega materiala, stroške kirurga, stroške anestezije in stroške morebitne hospitalizacije. Ta cena ne vključuje kakršnihkoli kasnejših stroškov dodatnih posegov, ki jih želite ali zahtevate izven prvotnega dogovora za izboljšavo ali dopolnitev vašega videza. S podpisom soglasja za izbrani poseg izjavljate, da ste bili obveščeni o njegovih tveganjih in posledicah ter da prevzimate soodgovornost za klinične odločitve, ki smo jih sprejeli skupaj z vami.

Vse finančne obveznosti morajo biti poravnane pred operativnim posegom. Če pride do odpovedi operativnega posega manj kot 24 ur pred dogovorjeno uro, je izvajalec upravičen do plačila v višini 10 odstotkov dogovorjenega zneska za povračilo administrativnih in organizacijskih stroškov v zvezi z naročenim posegom.

Prosimo, da na sprejem v medicinski center prinesete s seboj potrdilo o plačilu posega.



KAKOVOSTNA ANESTEZIJA ZA VAREN POSEG

Anestezija je stanje, v katerem bolnik ne čuti bolečin. Če bolnik med posegom spi, govorimo o splošni anesteziji. Splošna anestezija poteka pod vodstvom izkušenega zdravnika specialista anesteziologa in ob pomoči anesteziološke medicinske sestre. **Pri anesteziji uporabljamo najnovejše tehnike, zdravila, pripomočke in neinvazivno oskrbo dihalnih poti, tako da je varna, z minimalno nevarnostjo stranskih učinkov.**

Pred odhodom v operacijsko dvorano lahko na vašo željo po dogovoru z anesteziologom dobite tudi ustrezno pomirjevalo, kar ublaži tesnobo in strah pred posegom.

PREGLED PRI ANESTEZIOLOGU

Kirurško povečanje dojke poteka v splošni anesteziji.

Pred operacijo anesteziolog pregleda izpolnjeni **Vprašalnik o zdravstvenem stanju bolnika pred operacijo**, vašo zdravstveno dokumentacijo in po potrebi odredi preiskave za čim optimalnejšo oceno vašega zdravstvenega stanja. Obseg preiskav je odvisen od spremljajočih bolezni in obsežnosti operacije. Anesteziolog bo ocenil tudi, ali boste potrebovali zaščito



pred globoko vensko trombozo - GVT (»zamašitev globokih krvnih žil goleni s strdkom«) in njenimi zapleti s kompresijskimi nogavicami in/ali injekcijami za preprečevanje strjevanja krvi, kar pa je pri tej vrsti operacije redkost.

Če ste GVT v preteklosti že imeli, imate težave z varicami, zatekanjem nog, uporabljate hormonsko kontracepcijo, hormonske nadomestke ali kadite, se o tem pogovorite z osebnim zdravnikom ter na to opozorite izbranega kirurga in anesteziologa.

Pred operacijo boste imeli možnost vprašati vse, kar vas v zvezi z anestezijo in vašim zdravstvenim stanjem zanima. Pametno si je vprašanja že prej zapisati, da se med pregledom kakšno pomembno vprašanje ne izpusti. Ne pozabite izpolniti tudi **Soglasja za anesteziološko obravnavo.**

PREBUJANJE PO OPERACIJI

Anesteziolog začne z zbujanjem, ko se nameščajo obliži in preveze na rane. Obzirno, brez nepotrebnega napenjanja in kašljanja odstrani dihalno cevko. Preden vas premesti v bolniško sobo, morajo vse vaše funkcije delovati normalno. Po operaciji vas lahko zebe kljub ogrevanju med posegom. Lahko imate neugoden občutek slabše moči v mišicah, suha usta, boleče požirate, vam je slabo ali celo bruha, kar je vse posledica še minimalnih učinkov anestetikov. Na področju operativne rane lahko občutite zmerne bolečine. Že med zbujanjem začnemo lajšati pooperativno bolečino, to se nadaljuje tudi na oddelku in doma še nekaj dni po operaciji, oziroma dokler je treba. Varnost in minimalne bolečine so pomemben del vsakega kirurškega posega.



JEMANJE ZDRAVIL, VITAMINSKIH DODATKOV IN ZELIŠČNIH PRIPRAVKOV, KI VPLIVAJO NA ANESTEZIJO IN KIRURŠKI POSEG

Nekatera zdravila, vitaminski dodatki in zeliščni pripravki lahko pomembno vplivajo na zaplete med operacijo in po njej ter s tem na končni rezultat. Zaradi tega jih je treba pred operacijo nehati jemati. Če jemljete kakršnakoli zdravila, vitaminske dodatke ali zeliščne pripravke, prosimo, da nas o tem obvestite ter sestavite njihov spisek in način jemanja. O njihovem jemanju pred operacijo in po njej se posvetujete z anesteziologom, izbranim kirurgom in osebnim zdravnikom.

Predpisana zdravila pa bolniki običajno jemljejo vse do operacije. Izjeme so **zdravila, ki vplivajo na strjevanje krvi, nekatera zdravila za zniževanje krvnega tlaka, hormonska kontracepcija in hormonski nadomestki, nekateri antidepresivi, nekatera protibolečinska zdravila - nesteroidni antirevmatiki, nekateri vitaminski pripravki in nekatera zelišča.**

* Če zdravil, vitaminskih dodatkov in zeliščnih pripravkov ne jemljete, lahko besedilo na zelenem ozadju na naslednji strani izpustite.

ZDRAVILA, KI VPLIVAJO NA STRJEVANJE KRVNI (ANTIKOAGULANTNA IN ANTITROMBOTIČNA ZAŠČITA)



Če jemljete zdravilo iz te skupine zdravil, bi med operacijo lahko prišlo do hujše krvavitve, ki je ne bi mogli ustaviti. Povečala bi se tudi nevarnost hematoma (skupka krvi) in ponovne krvavitve iz operiranega področja po operaciji, kar bi lahko pomembno vplivalo na končni rezultat posega. V najhujšem primeru bi lahko prišlo do hude izgube krvi. Prosimo, da se posvetujete z zdravnikom, ki vam je zdravilo predpisal (osebni zdravnik/kardiolog/nevrolog), ali lahko jemanje zdravila pred operacijo prekinete in ali morate na pregled v antitrombotično ambulanto. Prosimo, da se z izbranim kirurgom in anesteziologom posvetujete, kdaj je treba zdravilo ukiniti, kakšni so ukrepi ob ukinitvi in ali potrebujete dodatne preiskave.

HORMONSKA KONTRACEPCIJA IN HORMONSKI NADOMESTKI

Zaradi teh zdravil bi se lahko med operacijo in okrevanjem povečala nevarnost za razvoj globoke venske tromboze («zamašitev globokih krvnih žil v goleni s strdkom»). Posvetujte se z anesteziologom, ali boste morali hormonsko terapijo pred operacijo ukiniti in kdaj boste morali to narediti. Navadno svetujemo, da opustite hormonsko kontracepcijo 3-4 tedne pred operacijo oz. dobite ustrezno zaščito pred krvnimi strdki.

ZDRAVILA ZA ZNIŽEVANJE KRVNEGA TLAKA

Zaradi nekaterih zdravil iz te skupine bi lahko med operacijo močno padel krvni tlak. Posvetujte se z anesteziologom, ali morate pred operacijo nehati jemati zdravilo za zniževanje krvnega tlaka in kdaj morate to narediti.

ANTIDEPRESIVI

Nekateri antidepresivi bi lahko med anestezijo povzročili različne nevarne pojave, kot so zelo povišan ali zelo znižan krvni tlak, otrdelost mišic, zelo povišana telesna temperatura, epileptični napad, koma idr. Posvetujte se z anesteziologom, ali vaš antidepresiv spada v to skupino. Glede prekinitve zdravljenja se posvetujte z osebnim zdravnikom ali psihiatrom, ki vam bo svetoval, ali je prekinitve jemanja za vas varna.

SLADKORNA BOLEZEN

Operacija pomeni za telo stres, zato to proizvaja več stresnih hormonov, ki delu-

jejo nasprotno inzulinu in tudi zmanjšajo občutljivost tkiv za inzulin. Zaradi tega se potrebe telesa po inzulinu povečajo, sladkorni bolniki pa jih ne morejo zadovoljiti, saj nimajo rezerve. Ti učinki lahko pri neurejenem krvnem sladkorju povzročijo hiperglikemijo. Zato je pomembno, da je krvni sladkor pred in med operacijo dobro urejen.

Če imate sladkorno bolezen, se posvetujte z anesteziologom, kako je pri vas z jemanjem zdravil za uravnavanje krvnega sladkorja pred operacijo.

PROTIVNETNA IN PROTI-BOLEČINSKA ZDRAVILA

Nesteroidni antirevmatiki podaljšajo čas strjevanja krvi, s čimer lahko povečajo nevarnost za krvavitev med operacijo. V to skupino zdravil spadajo Bonifen, Brufen,

Ibuprofen, Ketonal, Naprosyn, Nalgesin, Rodanol, Solpaflex, Naklofen idr. Nehajte jih jemati 3 dni pred operacijo.

VITAMINSKI PRIPRAVKI Z VITAMINOM E

Ta skupina vitaminskih pripravkov podaljšuje čas strjevanja krvi in s tem lahko poveča nevarnost za krvavitev med operacijo. Nehajte jih jemati 14 dni pred posegom.

ZELIŠČNI PRIPRAVKI

Nekatera zelišča podaljšujejo čas strjevanja krvi in s tem lahko povečajo nevarnost za krvavitev med operacijo. **14 dni pred posegom neahajte jemati naslednja zelišča:** ameriški slamniki (Echinacea), efedra, česen, ginseng, ginko, šentjanževka (Hypericum perforatum) ali baldrijan (Valeriana officinalis).



SPET DOMA: KAKO NAPREJ?

Po operaciji se začne obdobje okrevanja. Ko pridete v domače okolje, si zagotovite mir za počitek. Pripravljeni bodite na to, da boste potrebovali nekaj pomoči pri osnovnih potrebah (oblačenje, nega).

V nadaljevanju smo za vas pripravili nekaj napotkov, kako ravnati po operaciji.

PREPREČEVANJE IN LAJŠANJE BOLEČIN

Pričakovano je, da vas bo po operaciji bolelo, intenzivnost in trajanje bolečin pa se razlikujeta od posameznice do posameznice in sta odvisna od kirurškega posega, anatomije in osebnosti bolnice; dojemanje bolečine je subjektivno in ga med bolnicami ni moč primerjati. Po operativnem povečanju (augmentaciji) dojk bolečina navadno izzveni v 5-7 dneh po posegu.

Ko obvladate bolečino, se lahko osredotočite na okrevanje. Čas po operaciji ni primeren za preizkušanje, koliko bolečine lahko prenesete oziroma zdržite. Bolečina lahko negativno vpliva na druge organske sisteme in upočasni okrevanje.

Za domov vam bomo pripravili e-recepte za zdravila, ki jih jemljite glede na samooceno jakosti bolečine od 1 do 10. Pred odpustom iz medicinskega centra bomo ocenili, kakšna protibolečinska terapija



bo pri vas potrebna, in to označili v tabeli na naslednji strani ter vam dali natančna navodila.

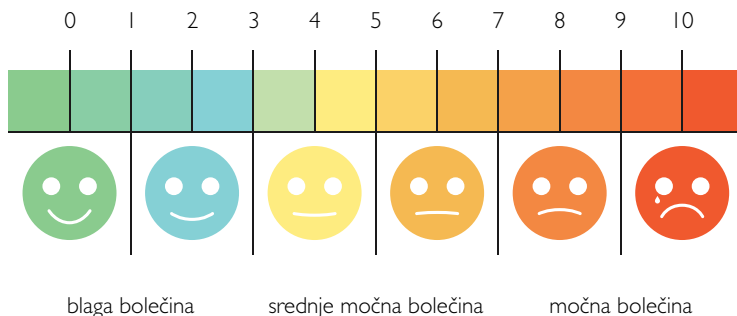
V splošnem pa so navodila takšna:

- Dokler jemljete protibolečinska zdravila, zjutraj na tešče vzemite 1 tableto Nolpaza za zaščito želodčne sluznice.
- Za lajšanje blage bolečine **prve 3 dni po odpustu** iz medicinskega centra jemljite zdravila iz skupine 1 (**Lekadol in Analgin**) trikrat na dan, vsakega po 2 tableti (zdravila vzamete istočasno).
- Če je 1 uro po zaužitju tablet bolečina po samooceni višja od 3, vzemite še eno od zdravil iz skupine 2 (**Ketonal ali Naprosyn**).
- Če je 1 uro po tem samoocena bolečine še vedno višja od 3, vzemite še eno od zdravil iz skupine 3 (**Tramal ali Doreto**).
- Če je tudi po tem samoocena bolečine še vedno višja od 3, pokličite za nasvet kirurga, ki vas je operiral (telefonska številka bo napisana v odpustnem pismu).

Tabela na naslednji strani prikazuje korake protibolečinskega režima po odpustu.

Tabela: Koraki protibolečinskega režima po odpustu.

	Zdravilo	Odmerek
VSI BOLNIKI 3 DNI PO ODPUSTU		
1	Nolpaza 20 mg (za zaščito želodčne sluznice)	1 tableta/dan na tešče
	in Lekadol 500 mg	3 x 2 tableti/dan
	in Analgin 500 mg	3 x 2 tableti/dan
PO 60 MIN ŠE VEDNO BOLI ZA VEČ KOT 3 NA LESTVICI OD 1 DO 10		
2	Ketonal 100 mg	2 x 1 tableta/dan
	ali Naprosyn 500 mg	2 x 1 tableta/dan
PO 60 MIN ŠE VEDNO BOLI ZA VEČ KOT 3 NA LESTVICI OD 1 DO 10		
3	Tramal 100 mg	3 x 1 tableta/dan
	ali Doreta 75 mg/650 mg	3 x 1 tableta/dan
PO 60 MIN ŠE VEDNO BOLI ZA VEČ KOT 3 NA LESTVICI OD 1 DO 10		
4	Pokličite za nasvet kirurga, ki vas je operiral.	



PRIČAKOVANE POSLEDICE PO KIRURŠKEM POSEGU

Pri kirurškem posegu pride do prekinitve tkiv (koža, krvne žilice in drobna živčna vlakna). Po preoblikovanju tkiv in šivanju prekinjenih struktur koža vleče, začasno sta spremenjena limfni pretok in občutljivost kože na operiranem področju.

Zaradi zgoraj opisanega je normalno, da bodo lahko še nekaj tednov po posegu na operiranem področju prisotni:

- zmerne bolečine
- otekline
- podplutbe, modrice
- spremenjena občutljivost
- občutek vleka
- slabša občutljivost prsne bradavice in kolobarja
- manjše krvavitve - krvav obliž (v tem primeru lahko zgornji obliž zamenjate z novim, adhezivnih trakov ne odstranjujte)
- splošna oslabeledost in utrujenost, saj je operacija naporna za telo

KONTROLNI PREGLED

Za prvi pregled po posegu se dogovorite z izbranim kirurgom, datum, ura in kraj bodo tudi napisani v odpustnem pismu.

Dotlej ne odstranjujte kompresijskega modrčka, obližev in drenažnih cevk ter ne močite kooperativnih ran. Prva kontrola po posegu je vključena v ceno posega.

ANTIBIOTIČNA TERAPIJA

Med operacijo in hospitalizacijo boste preventivno dobivali antibiotik za zmanjšanje nevarnosti okužbe. Navadno se jemlje antibiotično terapijo še 3-7 dni po posegu. Vaš izbrani kirurg vam bo napisal e-recept in dal natančna navodila, ki bodo napisana tudi v odpustnem pismu.

ZAŠČITA PRED POVEČANIM STRJEVANJEM KRVI (ANTITROMBOTIČNA PROFILAKSA)

Anesteziolog in vaš izbrani kirurg bosta glede na vaše zdravstveno stanje presodila, ali boste tudi po operaciji potrebovali zaščito pred globoko vensko trombozo s kompresijskimi nogavicami in/ali injekcijami nizkomolekularnega heparina, ter vam dala natančna navodila o uporabi.

ŠIVI

Navadno pri operativnemu povečanju (augmentaciji) dojk uporabimo resorbil-

ne (samorazgradljive) šive za podkožje in kožo. Če bodo pri operaciji uporabljeni neresorbilni šivi, jih odstranite 10-14 dni po posegu na kontrolnem pregledu pri nas ali pri svojem osebem zdravniku.

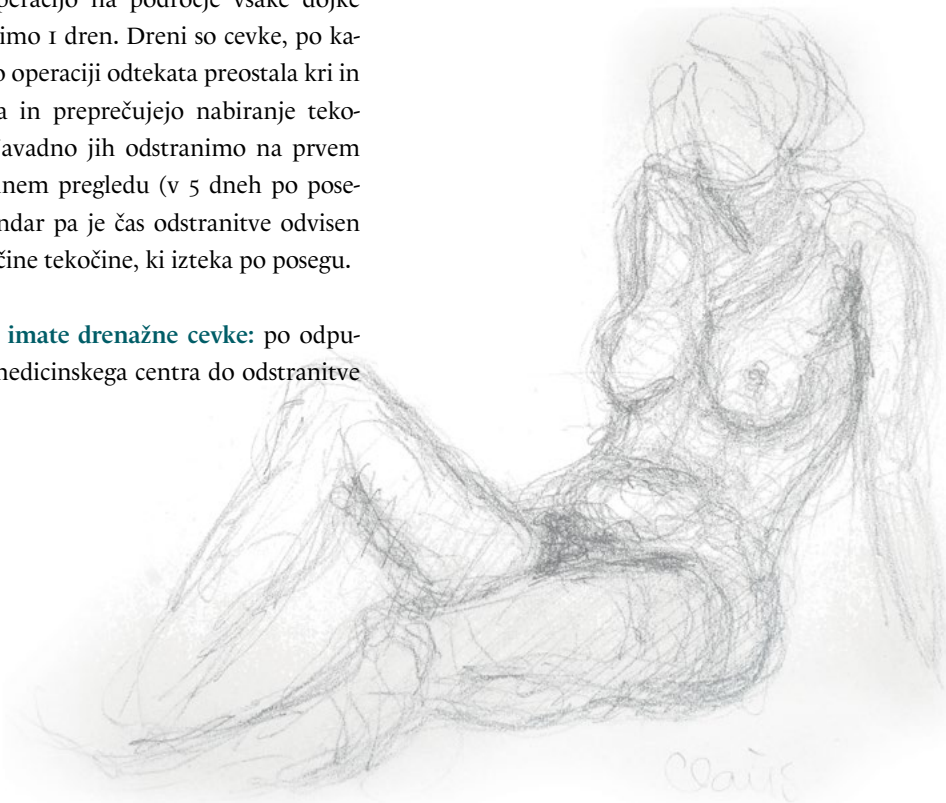
NEGA PO POSEGU IN DRENAŽNE CEVKE

Po posegu bodo operativne rane zašite, čeznje bodo nameščeni adhezivni trakovi, na vsaki strani bodo nameščene drenažne cevke, čez to pa obvezni material in na vrhu še kompresijski modrček. Navadno med operacijo na področje vsake dojke namestimo 1 dren. Dreni so cevke, po katerih po operaciji odtekata preostala kri in sokrvica in preprečujejo nabiranje tekočine. Navadno jih odstranimo na prvem kontrolnem pregledu (v 5 dneh po posegu), vendar pa je čas odstranitve odvisen od količine tekočine, ki izteka po posegu.

Dokler imate drenažne cevke: po odpustu iz medicinskega centra do odstranitve

drenažnih cevk si ne odstranjujte kompresijskega modrčka in obveznega materiala ter ne močite operiranega predela.

Po odstranitvi drenažnih cevk: dokler rane niso zaceljene (navadno 3 tedne po operaciji) ali so na njih šivi, jih ne smete neposredno močiti. Pred tuširanjem zrak prepuščajoči obliž zamenjajte z vodo-odpornim, ki ga takoj po tuširanju spet zamenjajte z novim zrak prepuščajočim obližem. Adhezivnih trakov ne odstranjujte. S tem rani zagotovite optimalno okolje za celjenje in preprečite okužbo.



CELJENJE RAN IN BRAZGOTINJENJE

V naslednjih podpoglavjih so podana osnovna navodila, kako lahko sami vplivate na celjenje ran. Naši strokovnjaki vam lahko ponudijo tudi ustrezno fizioterapijo po operaciji, svetovanje o prehrani in prehranskih dodatkih, masažo in limfno drenažo ter strokovno psihološko podporo. Prav tako so vam pri nas na voljo obliži in izdelki za nego brazgotin.

Preverite ponudbo na naši spletni strani (www.juventina.si).

Celjenje ran je kompleksen proces, na katerega vplivajo dobra kirurška tehnika, genetske lastnosti posameznika in njegovo splošno stanje. Da bi bile brazgotine čim lepše, uporabljamo napredno kirurško tehniko, reze skrijemo v kožne gube ali postavimo na mejo med dve estetski enoti, tkivo zašijemo v več plasteh, da razbremenimo tenzijo, tako da je vlek okolnega tkiva na rano čim manjši, pri šivanju kože pa uporabimo intradermalni šiv, ki na površini kože ne pušča sledi šivanja. V veliki meri je dobro celjenje ran odvisno tudi od vas samih. Nanj lahko pozitivno vplivate s počitkom in prilagojeno dejavnostjo, primerno nego, primerno prehrano in opustitvijo kajenja vsaj 4 tedne pred posegom in vsaj 2 tedna po njem.



NEGA BRAZGOTIN

Nega brazgotin se za vas začne, **ko se z rane odstranijo šivi oz. 14 dni po posegu**, če so bili za šivanje kože uporabljeni samo-razgradljivi šivi.

Obdobje celjenja rane: adhezivni trakovi zmanjšajo tenzijo na kožo in pritiskajo na rano ter s tem prispevajo k lepšim končnim estetskim rezultatom.

Če vaša koža adhezivne trakove dobro prenaša, jih nameščajte na rano še **3 tedne po operaciji**, tudi ko so šivi že odstranjeni. Adhezivne trakove lahko pustite na rani 1-2 tedna, potem pa jih zamenjajte z novimi.

Obdobje zorenja, oblikovanje brazgotine: po 3 tednih so rane običajno zaceljene.

Po tem času lahko začnete:

- uporabljati **izdelke za nego brazgotin**. Na voljo so kreme, obliži in silikonske ploščice. Priporočljivo je, da izdelke uporabljate nepretrgoma vsaj 3-6 mesecev.

- vsakodnevno **masirati brazgotine sprotigrazgotinsko kremo** v smeri rane s tako močnim pritiskom na brazgotino, da ta pobledi.

Pomembno je, da prvo leto po operaciji **brazgotin ne izpostavljate soncu ali obiskujete solarija**. Če so brazgotine na izpostavljenih predelih kože, jih je nujno treba zaščititi s sončno kremo s SPF vsaj 30 ali obližem.

Po operaciji je brazgotina pordela in trša na otip. Približno eno leto postopoma zori ter postaja svetlejša in mehkejša. Če pride

do motenj pri celjenju ali so vaše genetske danosti celjenja slabše, se brazgotine lahko kasneje tudi razširijo in obarvajo temneje od preostale kože.

Več kot 1 leto po operaciji: po 1 letu brazgotina dozori in nanjo ni več mogoče vplivati z izdelki za nego brazgotin, ki vsebujejo silikon, ali z masažo. Če bi po tem času nastale moteče brazgotine, je njihova korekcija **kirurška**.

Natančna navodila in izdelke za nego brazgotin dobite v Juventina clinic.



Slika: Povečana fotografija brazgotinjenja od 1 meseca do 3 let po operaciji

TELESNA DEJAVNOST PO POSEGU

Med operacijo pride do prekinitve tkiv in kakršnakoli povečana telesna dejavnost, mehanske poškodbe operiranega predela ali povišan krvni tlak lahko povzročijo razprtje rane, krvavitev, nabiranje tekočine v operiranem predelu, nastanek dodatnih

modric, otekline in redko tudi potrebo po ponovnem kirurškem posegu.

Prve 3 tedne po operaciji se izogibajte hitrim gibom z rokami in zgornjim delom telesa, dvigovanju rok nad ramena, težjim fizičnim opravilom, dvigovanju bremen, spolnim odnosom, nošnji nahrbtnika ali torbe.

Svetujemo postopno stopnjevanje opravil in dejavnosti. Kako hitro se boste vrnili k svojim normalnim dejavnostim, je odvisno od vašega psihofizičnega stanja, o tem se pogovorite z izbranim kirurgom. Vzemite si čas in ne pretiravajte. Pri večini bolnic rehabilitacija poteka takole:



3 dni po operaciji: svetujemo relativen počitek z osnovnim gibanjem po domačem okolju v takšni meri, da sami opravite osnovne potrebe (stranišče, umivanje, prehranjevanje ipd).

3-7 dni po operaciji: večina bolnic lahko začne z lažjimi sprehodi, ki jih postopoma podaljšuje (začnite z 20 minutami lahke počasne hoje). V tem času se večina bolnic lahko vrne na delovno mesto, ki ni fizično obremenjujoče (npr. pisarniško delo).

2. in 3. teden po operaciji: počasi lahko stopnjujete hojo in druge dejavnosti. V tem času lahko začnete voziti avtomobil, vendar bodite pozorni, da ne uporabljate hitrih naučenih gibov zgornjega dela telesa (npr. držanje sovoznikovega sedeža pri vzvratni vožnji). Pozorni bodite tudi na to, da vas varnostni pas ne bo zategoval in tiščal v operiranem predelu. Kljub temu pa je uporaba varnostnega pasu obvezna.

4. teden po operaciji: še naprej postopoma povečujte dejavnosti za spodnji del telesa, postopoma lahko začnete z lahkim razgibavanjem zgornjega dela telesa.

5. teden po operaciji: če hodite v fitnes, lahko začnete z lažjimi vajami za spodnji del telesa.

Pričakovano je, da **6 tednov po operaciji** lahko opravljate vse dejavnosti, ki ste jih opravljali pred operacijo.

Po rehabilitaciji svetujemo telesno dejavnost (glej Juventina Sport), kar bo še izboljšalo psihofizično počutje in vašo samozavest.

PREHRANA IN PREHRANSKA DOPOLNILA PO OPERACIJI

Primerna zdrava prehrana, bogata s proteini, nekateri vitamini (A, C in E), cink in izvleček ananasa - bromelain pozitivno vplivajo na celjenje. Dodajanje vitaminov in mineralov prehrani v obliki prehranskih dopolnil je učinkovito le, če vam jih primanjkuje. O prehrani in prehranskih dopolnil se lahko posvetujete s strokovnjaki v našem medicinskem centru.


V KATERIH PRIMERIH MORATE POISKATI ZDRAVNIŠKO POMOČ?

Če po odpustu domov opazite kaj od spodaj naštetega, takoj poiščite medicinsko pomoč:

- nenadno hudo bolečino, ki se stopnjuje in ne odzove na protibolečinska zdravila
- hitro rastočo oteklino
- krvavitev čez obliž, ki se ne ustavi
- drenažni zbiralnik se hitro polni
- vrtoglavico
- občutek težkega dihanja
- bolečino v prsnem košu
- občutek nerednega bitja srca
- povišano telesno temperaturo
- rdečino in/ali gnojni izcedek iz operiranega predela
- izredno slabo počutje
- kakršenkoli drug nenavaden pojav, ki vas skrbi

NUJNI DOGODKI, POVEZANI Z OPERACIJO

Če po posegu pride do nujnih dogodkov, se ti navadno zgodijo v 24 urah po posegu, redko kasneje. Kljub temu pa smo vam na voljo za nujne klice še 2 tedna po posegu, ko se konča obdobje akutnih zapletov.

 Nujna medicinska pomoč: 112
Medicinski center: 051 537 777
Osebna telefonska številka operaterja: napisana v odpustnem pismu

Če imate dodatna vprašanja ali bi se želeli naročiti na pregled, smo dosegljivi preko elektronske pošte:

 info@juventina.si



TRAFFIC
DESIGN



POVEČAVA DOJK (AUGMENTACIJSKA MAMOPLASTIKA)

POSEG

Povečanje dojk (augmentacijska mamoplastika) je poseg s katerim izboljšamo velikost in videz prsi z vstavitvijo prsnih vsadkov.

TRAJANJE:

1–2 uri.

ANESTEZIJA:

Splošna anestezija.

AMBULANTNO/BOLNIŠNIČNO:

Pacientke navadno ostanejo v medicinskem centru še 24 ur po posegu.

MOŽNI STRANSKI UČINKI:

Začasen neprijeten občutek napetosti kože operiranega predela, zmerna oteklina, spreminjena občutljivost prsne bradavice (povečana ali zmanjšana), podplutbe. Več tednov po operaciji je lahko na prsih prisoten občutek preobčutljivosti in tiščanja.

TVEGANJA:

Lahko pride do krvavitve ali okužbe. Morda bo v prihodnosti potrebno odstraniti in/ali zamenjati en ali oba prsna vsadka zaradi deflacije, rupture vsadka ali nastanka brazgotinskega tkiva okoli vsadka (kapsularna kontraktura). Kapsularna kontraktura lahko povzroči, da je dojka na otip trda in napeta. Ženske s silikonskimi vsadki imajo zelo nizko, toda povečano možnost, da zbolijo za limfoproliferativno boleznijo (anaplastični velikocelični limfom: ALCL). Med nekatera druga tveganja spadajo asimetrija med obema dojkama in povečana ali zmanjšana občutljivost prsnih bradavic ali kože dojk, ki lahko občasno trajno ostanejo.

Prosimo, pogovorite se z izbranim kirurgom, če bi želeli dodatne informacije povezane s posegom, možnimi stranskimi učinki in tveganji.

- Pred posegom moram imeti odgovore na vsa vprašanja in dileme
- Imeti moram realna pričakovanja
- Lahko se dodatno posvetujem s psihologom
- Na poseg se moram ustrezno pripraviti
- Zagotoviti si moram čas in ustrezen prostor za počitek in okrevanje
- Kirurg bo poskrbel za dobro načrtovanje in natančno izvedbo posega
- Ekipe v medicinskem centru bo po posegu poskrbela za celosten nadzor
- Po posegu bo sledilo okrevanje: prehodno obdobje zmernih bolečin, otekline in modric ...
- Po posegu moram upoštevati navodila kirurga in zdravstvenega tima
- Rezultata operacije ne smem ocenjevati prehitro
- Končni rezultat estetskega posega ni odvisen zgolj od kirurške tehnike in živalnega materiala, pač pa tudi od lastnosti tkiva in številnih drugih dejavnikov
- Celjenje ran in brazgotinjenje je kompleksen proces, ki traja več mesecev, zato je dobro, da upoštevam navodila in priporočila za nego brazgotin
- Cilj posega je večja telesna skladnost, boljši estetski videz in kakovost življenja
- S posegom ne bodo odpravljene vse moje težave in problemi :)

KRIO TERAPIJA

KRIOTERAPIJA je hiter in zdrav proces, ki pospeši naravno obnovo telesa in ob tem izboljša dobro počutje ter naravni telo z energijo. Je neinvaziven in hiter postopek, ki poteka v posebni komori, kriosavni. V kriosavni telo obdaja zrak s temperaturo -140°C do -180°C . Ko vstopite v kriosavno, nenaden padec temperature stimulira termoreceptorje v koži, ti pa prenesejo signal v centralni živčni sistem, preko katerega se sporočilo prenese po celotnem telesu. Posledično telo poskuša regulirati telesno temperaturo s spremembo v krvnem obtoku. Ko izstopite iz kriosavne, se pospeši pretok krvi po celotnem telesu, s čimer se poveča oksigenacija tkiv in odstranjevanje toksinov. Mraz prav tako stimulira živčni sistem, da sprosti endorfine in pripomore k zmanjšanju bolečine s stimuliranjem telesa lastnega protivnetnega sistema.



Mirjam Potrebin, ambasadorica Juventina Clinic

PRESO TERAPIJA

Mehanska limfna drenaža

PRESOTERAPIJA je mehanska limfna drenaža, ki pospešuje naravni tok limfe skozi telo in pomaga, da se ustvari in vzdržuje ravnovesje med pretokom krvi in limfnim sistemom. Omogoča izboljšanje prekrvavitve tkiv, s čimer poveča odplavljanje odpadnih produktov presnove in proste tekočine. Sodobna naprava omogoča kakovostno izvajanje presoterapije, takojšnje in vidne rezultate brez stranskih učinkov. Klinično dokazano se uporablja za izboljšanje elastičnosti kože, regeneracijo kože in celotnega telesa, zmanjšanje volumna pri kroničnih edemih, oblikovanje telesa in anticelulitno terapijo. Ker terapija krepi imunski sistem in deluje protistresno, je odlična tudi kot preventivno sredstvo za dobro počutje.



INNOFACIAL

VRHUNSKI DERMOESTETSKI REZULTAT

WWW.AQUAPEEL.INFO

*"Lunch break"
za popoln ten!*

DERMOABRAZIJA / GLOBINSKO ČIŠČENJE / MEZOLIFTING
HIDRATACIJA / DETOKSIKACIJA

**Z ostrino uma in ostrino noža.
Realni prikaz možnosti, postopkov
in rezultatov sodobne estetske kirurgije.**



Knjiga je na voljo v poslovalnicah
Lekarne Ljubljana ter v Juventina clinic.



Prof. Dr. **Uroš Ahčan**
ESTETSKA
KIRURGIJA

www.urosahcan.si





JUVENTINA

CLINIC



MCL - Vilharjev podhod 7
1000 Ljubljana, Slovenija
www.juventina.si
051 537 777

JUVENTINA CLINIC
USTANOVITELJ

PROF. DR. UROŠ AHČAN DR. MED.

SPECIALIST PLASTIČNE, REKONSTRUKCIJSKE IN ESTETSKE KIRURGIJE

WWW.NEWBREAST.EU

 [JUVENTINACLINIC](https://www.facebook.com/juventinaclinic)  [JUVENTINA_AESTHETIC_CLINIC](https://www.instagram.com/juventina_aesthetic_clinic)



MCL⁺
Medicinski
Center
Ljubljana