

WPROWADZENIE

Szanowni Państwo, jeżeli zajrzeliście do tej książki, to mogę chyba założyć, że interesują Was operacje estetyczne. Być może myślicie o poprawie własnego wyglądu albo chcecie zapoznać się bliżej z tą tematyką, często pojawiającą się w mediach. W pierwszym przypadku książka będzie Waszym przewodnikiem. Znajdziecie tu informacje o tym, czego się po operacjach plastycznych spodziewać oraz jak i w czym mogą one pomóc. Jeżeli jesteście przedstawicielami drugiej grupy, wzbogacie swoją wiedzę w tym zakresie.

Postaram się przedstawić mój punkt widzenia oparty na 17 latach praktyki. W tym okresie prowadziłem ponad 15 tys. pacjentów po różnych operacjach estetycznych. Pisząc tę książkę, bazowałem na doświadczeniach własnych, a także na informacjach pozyskanych od specjalistów, z którymi współpracuję. Uwzględniłem również najnowsze doniesienia naukowe.

Warunkiem koniecznym osiągnięcia zadowalających efektów operacji jest prawidłowy jej przebieg. Jednak nie stanowi to warunku wystarczającego. Istotne jest również postępowanie pooperacyjne. Zmiany opatrunków, pielęgnacja rany, zdejmowanie szwów czy zachowania pacjentów w domu są bardzo istotnymi elementami, składającymi się na oczekiwane rezultaty. Wszystkie te działania wspomagają proces dochodzenia do pełni sprawności po operacji, czyli rehabilitację. Jednak gdy rozmawiam z pacjentami, ciągle słyszę ich skargi na zbyt małą ilość dostępnych informacji na ten temat.

We wspomniane działania pooperacyjne idealnie wpisują się możliwości, jakie daje fizjoterapia. Umożliwia ona szybsze i bezpieczniejsze gojenie. Nierzadko też pozwala na uzyskanie lepszych efektów estetycznych zabiegu.

Można zaobserwować, że w nowoczesnej medycynie coraz większą wagę przywiązuje się do komfortu pacjentów. Nie chodzi tylko o eliminowanie negatywnych odczuć. Ważne jest również to, że u pacjentów, którym ograniczono poziom stresu, bardziej prawidłowo przebiega proces gojenia. Mniejszy jest chociażby poziom kortyzolu, który niekorzystnie wpływa na gojenie się ran. Zatem osoby w komfortowych warunkach mogą liczyć na lepsze efekty operacji; rany pooperacyjne pacjentów zrelaksowanych, znajdujących się w komfortowych warunkach, goją się szybciej i z bardziej zadowalającymi rezultatami. W świetle najnowszej wiedzy okazuje się, że ograniczenie się jedynie do przeprowadzenia operacji i czekania na jej skutki nie jest postępowaniem optymalnym.

Uważam, że na to, jak pacjenci czują się po zabiegu, kolosalny wpływ ma ich aktywność fizyczna. Śmiem twierdzić, że ma ona równie duże znaczenie, jak przebieg samej operacji. Odpowiednio dobrane, proste ćwiczenia rehabilitacyjne zmniejszają ból i obrzęk oraz zwiększają pewność siebie pacjentów.

Jednym z głównych powodów, dla którego powstała ta książka, była chęć przekazania osobom zainteresowanym tą tematyką przydatnych, sprawdzonych i rzetelnych informacji. Moim celem było opisanie w przystępny sposób tego, jak przebiega proces gojenia i co można zrobić, aby stał się jak najsprawniejszy. Publikacji na ten temat jest mało, a na dodatek dość szybko się dezaktualizują ze względu na szybki rozwój medycyny estetycznej. Potencjalnym pacjentom pozostają konsultacje lekarskie i „dr Google”.

Konsultacje lekarskie uważam za najważniejsze w procesie leczenia, bo to wtedy zapadają ostateczne decyzje dotyczące całości kształtu terapii. Jednak lekarz podczas całego procesu widzi pacjenta kilkakrotnie. Liczba przydatnych zaleceń jest ogromna. Zdenerwowana przed operacją osoba nie jest w stanie wszystkiego zapamiętać. Zwyczajowo chirurdzy udostępniają numery swoich telefonów, jednak bywa, że pacjenci krępują się i nie dzwonią, mimo że po operacji w ich głowach kłębią się dziesiątki pytań: „Czy rana dobrze się goi?”, „Dlaczego boli?”, „Czy nie ma krwiaka?”, „Czy mogę podjąć się jakiejś aktywności w domu?” itp.

Jak wspomniałem, zostaje zatem „dr Google”, który zna odpowiedź na wszystkie pytania. A że na to samo pytanie udziela różnych, często sprzecznych odpowiedzi, cóż, zawsze można sobie ją wybrać.