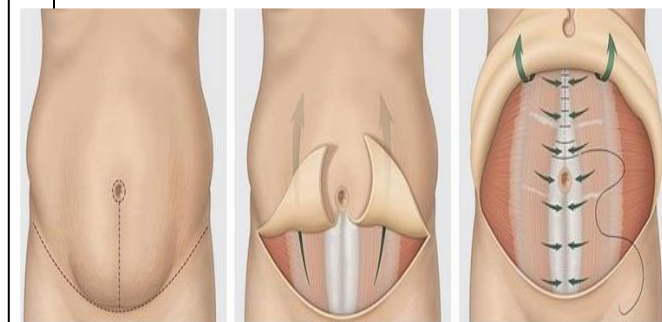




ابدومینوپلاستی



واحد آموزش سلامت

فروردین ۱۴۰۵

شما ممکن است کاندید خوبی برای ابدومینوپلاستی

باشید در صورتی که:

- از نظر فیزیکی سالم وزن پایداری داشته باشید.
- پوست شکمی شل یا اضافی داشته باشید.
- شکمی داشته باشید که در مقایسه با سایر نقاط بدن نامتناسب باشد.
- در شکم خود بافت چربی اضافی داشته باشید.
- انتظارات منطقی واقع گرا داشته باشید.
- افرادی که سیگار نمی کشند.
- خانمهایی که بدنبال یک یا چند زایمان دچار شلی پوست، تجمع چربی و کاهش تونیسیتة عضلات جدار شکم و ترکهای پوستی بر روی شکم شده اند.
- افرادی که به بدنبال کاهش وزن شدید دچار افتادگی پوست و شلی عضلات جدار شکم شده اند.
- افرادی که دچار چاقی مرضی بوده اند و تحت اعمال جراحی (Bariatric) نظیر گاستریک باندینگ یا بای پس معده به روش لاپاراسکوپیک قرار گرفته و دچار کاهش وزن شدید شده و دچار افتادگی و شلی پوست در سرتاسر بدن و از جمله شکم و پهلوها شده اند.
- زنان و مردانی که مقدار زیادی پوست و چربی را از دست داده اند و این مقدار در شکم آنها متمرکز شده است میتوانند به درستی از روش تغییر وضعیت شکم استفاده کنند.

کدام بیمار نباید جراحی ابدومینوپلاستی شود؟

- 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 زایمانهایش به تعویق بیندازد.
- فردی که میخواهد لاغر شود، بهتر است اول به وزن مناسب خود برسد سپس برای جراحی اقدام کند. این عمل با ایجاد برش طولی در زیر شکم انجام می شود که جای آن برای همیشه می ماند، اگر چه در اکثر بیماران این محل برش در طول ۶ - ۱۲ ماه به فرم قابل قبول در می آید (یک خط باریک)، در موارد نادر احتمال بروز گوشت اضافی (هایپرتروفیک اسکار) یا پهن شدن محل برش و بدشکلی های دیگر وجود دارد. اگر شما نمیتوانید ریسک یک اسکار (محل برش) بد را هر چند کم بپذیرید بهتر است از انجام عمل خودداری کنید.
- سه روز پس از عمل به کمک همراه شکم بند را باز کنید ، کلیه پانسمانها و چسبها و گازها را بردارید و با شامپوی بچه یا شامپو بتادین حمام کنید.

مراقبت‌های بعد از عمل ابدومینوپلاستی

- دوران پس از عمل و مراقبت‌های بعد از عمل ابدومینوپلاستی بسیار راحت و سریع سپری میشود زیرا در این روش کمترین آسیب به بدن وارد شده، لذا با رعایت موارد ذیل با آسودگی خیال این دوران را سپری خواهید نمود.
- لطفاً از روز پس از عمل ابدومینوپلاستی تا جایی که میتوانید راه بروید، این راه رفتن در هفته اول بایده حالت خمیده باشد تا به محل بخیه‌ها فشار اضافی وارد نشود.
- روی محل زخم و ناف خود پماد آنتی بیوتیک بزنید و قسمتهای پماد زده شده را با گاز بپوشانید، این گازها را بدون زدن چسب و با بستن شکم بند در محل خود نگه دارید. شکم بند باید به ترتیبی بسته شود که تمام زخم و ناحیه تناسلی را بپوشاند و شل نباشد.
- استفاده از شکم بند بسیار مهم است و این شکم بند نباید شل باشد و حداقل یک ماه به صورت شبانه روزی بسته باشد.
- بیمارانی که تحت عمل جراحی زیبایی شکم ابدومینوپلاستی قرار می‌گیرند بهتر است تا سه سال پس از عمل حامله نشوند.

عوارض احتمالی ابدومینوپلاستی یا جراحی

زیبایی شکم عبارتند از:

- جوشگاه نامطلوب، همانند سایر عملهای جراحی عمل جراحی ابدومینوپلاستی نیز خطرات خود را دارد. گرچه بروز عوارض در آن نادر است اما عوارضی نظیر عفونت، خونریزی (هماتوم) و لخته‌های خونی ممکن است رخ دهد.
- تجمع مایع
- اختلال در ترمیم زخم
- بی‌حسی یا سایر تغییرات حس پوست
- مخاطرات بیهوشی
- مرگ بافت چربی عمقی پوست (نکروز چربی)
- جدا شدن زخم
- ناقربینه‌گی
- احساس درد و حساسیت ممکن است چند دقیقه و گاهی تا دو سه ماه در موارد جراحی ابدومینوپلاستی بطول بیانجامد.
- تورم طولانی مدت پاها
- احتمال نیاز به جراحی مجدد
- نتیجه کمتر از حد مطلوب از نظر زیبایی

طول دوره نقاهت

- در هر حال طول دوره نقاهت در افراد متفاوت است، به طوری که در بعضی افراد بازگشت به حالت طبیعی ممکن است ۲ هفته بیشتر طول نکشد در حالی که در بعضی دیگر به ۳ تا ۴ هفته استراحت بعد از عمل نیاز باشد.
- ورزش به ترمیم زودتر پوست خیلی کمک میکند، ورزش میتواند باعث برطرف شدن سریع تورم، جلوگیری از تشکیل لخته‌های خونی و کمک به برگشت توان عادی عضلات شود ولی از ورزشهای سنگین تا زمان برگشت به شرایط عادی باید اجتناب کرد.
- اسکارها ممکن است در طی ۳ تا ۶ ماه بعد از عمل بسیار زشت باشند ولی این طبیعی است و انتظار میرود که اسکارها در طی ۹ ماه تا ۱ سال آینده صاف شوند، اگرچه ممکن است هیچ وقت برای همیشه کاملاً محو نشوند.