

جراحی سینه برای زنان و حتی مردان که به نام ژنیکوماستی می شناسیم، از پرتعدادترین و رایج ترین جراحی های زیبایی در جهان است. این عمل نه تنها برای داشتن اندامی زیباتر مورد استفاده قرار می گیرد، بلکه در برخی موارد از جراحی سینه به عنوان یک درمان یا پیشگیری نیز استفاده می شود. جراحی های زیبایی سینه به سه دسته کلی تقسیم می شوند:

پروتز سینه، پروتز پکسی (پروتز سینه به همراه لیفت)، مامو پلاستی

در اینجا خلاصه ای از مهم ترین نکاتی که باید در مورد جراحی پروتز سینه بدانید، از انتخاب نوع پروتز یا بهترین جراح پلاستیک گرفته تا اقدامات لازم بعد از عمل بزرگ کردن سینه، آورده شده است تا شما بتوانید آگاهانه نسبت به انجام این عمل زیبایی اقدام نمائید.

چرا به عمل پروتز سینه فکر می کنیم؟

دلایل زیادی وجود دارد که باعث می شود سینه های شما باب میل تان نباشد. از مهم ترین دلایل آن می توان به رژیم غذایی نامناسب، عدم تعادل هورمونی، عوامل ژنتیکی، عوارض تیروئید، یا عواملی مانند شیردهی و سرطان سینه اشاره کرد. در حال حاضر، با پیشرفت علم پزشکی روش های قابل اعتماد و بی ضرری برای پروتز سینه وجود دارد و سال هاست که در سراسر جهان با موفقیت انجام می شود.

جراحی های پلاستیک و زیبایی در ایران نیز طی چند دهه اخیر بسیار طرفدار پیدا کرده است. در حال حاضر پزشکان و جراحان حاذقی در ایران هستند که با جدیدترین روش های روز می توانند شما را به اندام دلخواه خود برسانند و در نتیجه، در کمترین زمان ممکن شما شاهد تغییرات چشمگیری در فرم بدنتان خواهید شد.

پروتز سینه چیست؟

پروتز سینه یک نوع جراحی سینه است که هدف آن افزایش اندازه، شکل یا پر شدن سینه است که به آن ایمپلنت سینه نیز گفته می شود.

جراحی ایمپلنت سینه شامل جراحی ترمیمی و جراحی زیبایی است که شامل موارد زیر است:

- بزرگ کردن سینه هایی که به طور طبیعی و ارثی کوچک هستند؛
- لیفت و تعبیه پروتز سینه پس از بارداری، کاهش وزن، شیردهی و ...
- ایجاد تقارن در سینه هایی که دچار عدم تقارن هستند؛
- ترمیم سینه هایی که به دلایل مختلفی تخلیه شده اند (مانند علایم ناشی از سرطان سینه).

انواع پروتز سینه

برای اینک بتوانید بهترین نوع پروتز سینه را انتخاب کنید، خوب است با انواع پروتز های سینه از لحاظ جنس و شکل آشنا شوید. دو نوع اصلی پروتز سینه وجود دارد که شامل پروتز سیلیکونی و آب نمکی (سالین) هستند.

- پروتز سیلیکونی

جدیدترین نوع پروتز سینه از جنس سیلیکونی می باشند. این پروتز شامل یک پوسته بیرونی سیلیکون است که با ژل سیلیکونی پر شده است که کمتر چین خورده و طبیعی تر است. اگر پروتز های سیلیکونی را انتخاب می کنید، ممکن است لازم باشد به طور منظم به جراح پلاستیک خود مراجعه کنید تا از سلامت سینه های خود و همچنین پروتزها مطمئن شوید. غربالگری ماموگرافی یا MRI می تواند وضعیت پروتز سینه را ارزیابی کند.

پروتز سیلیکونی برای بزرگ کردن سینه در زنان ۲۰ ساله یا بالاتر مورد تایید FDA است و در کشور ما نیز موثق می باشد.

- پروتز آب نمکی

این نوع پروتزها را مانند آب نمک، با محلول نمکی استریل پر می کنند. محلول در داخل پوسته الاستومر سیلیکونی نگهداری می شود. ابتدا پروتز را داخل سینه جایگذاری می کنند و سپس با ماده ای به نام سالین پر می شود. این پروتزها را می توان با توجه به فرم سینه و صلاح دید پزشک در مقدارهای مختلف با محلول نمکی پر کرد. این عمل بر احساس، سفتی و شکل سینه

تأثیر می گذارد. پروتز سینه آب نمکی ممکن است با گذشت زمان بیشتر کوچک شود یا پاره شود. اگر این نوع پروتزها نشت کند، محلول به طور طبیعی توسط بدن جذب و دفع می شود.

همچنین پروتزهای سینه از نظر شکل هم به دو دسته گرد و اشکی تقسیم می شوند:

- شکل گرد

پروتز گرد برای کسانی مناسب است که سینه های برجسته تر را ترجیح می دهند. با گذاشتن پروتز سینه گرد حجم تمام قسمت های سینه به نسبت مساوی افزایش می یابد و سینه حالت بهتر و خوش فرم تری پیدا می کند. استفاده از پروتز گرد امکان جراحی اصلاحی را به شما می دهد. در واقع اگر پروتز بچرخد، پاره شود یا شکل آن تغییر کند، با یک جراحی ساده می توان آن را تعویض کرد.

- شکل اشکی

پروتزهای اشکی حالتی شبیه اشک دارند و شکل طبیعی تری به سینه می دهند. تعبیه این مدل پروتز برای خانم هایی با سینه های بسیار کوچک یا بافت نرم سینه مناسب است. علاوه بر این با استفاده از این پروتزها می توان سینه های نرم و بی شکل را شکل داد و عدم تقارن در سینه ها را از بین برد.

انتخاب نوع پروتز بستگی به سلیقه و نتیجه دلخواه بیمار دارد. در واقع پزشک معالج، بعد از معاینه سینه و بررسی آناتومی هر شخصی با در نظر گرفتن سلیقه بیمار، نوع پروتز را انتخاب می کند.

اهمیت انتخاب جراح پلاستیک

اگر تصمیم به جراحی پروتز سینه دارید، باید در انتخاب جراح خود بسیار با دقت باشید. پزشک شما باید برای انجام یک جراحی زیبایی، ماهر و با سابقه باشد. قبل از تصمیم گیری نهایی، حتما چندین بار با دکتری که قصد انجام جراحی سینه را از طریق وی دارید، مشورت کنید. سوالات ذهنی خود را راجع به نحوه عمل از دکتر پرسید. نمونه عمل های قبل و بعد سایر بیمارانش را ببینید و حتما مطمئن شوید که وی دارای تخصص مرتبط با جراحی های پلاستیک و زیبایی می باشد.

عمل پروتز سینه چگونه انجام می شود؟

نحوه انجام عمل بستگی به نوع عمل دارد؛ به طور مثال، در پروتز پکسی که معمولا برای افرادی توصیه می شود که زایمان یا شیردهی داشته اند یا به طور ارثی سینه های افتاده ای دارند، علاوه بر لیفت، پروتز هم به منظور از افزایش سایز سینه تعبیه می شود. اندازه برش بستگی به صلاح دید جراح دارد اما معمولا نوع برش پروتز پکسی با عمل پروتز که فقط جهت تعبیه پروتز و به منظور افزایش سایز سینه یا قرینه سازی انجام می شود، متفاوت خواهد بود.

با طور کلی در جراحی های زیبایی سینه، ۴ نوع برش انجام می شود:

۱- برش اینفراماریوم که به صورت یک خط مورب در زیر هلال سینه ایجاد می شود؛

۲- برش ترانسفورماتور پایینی، که زیر بغل را برش می دهد؛

۳- برش پیریارولار، اطراف نوک پستان را برش می دهد که معمولا در جراحی مامو پلاستی کاهشی از این نوع برش استفاده می شود؛

۴- مدل برش رایج لنگری هم معمولا برای جراحی پروتز سینه کاربرد دارد که علاوه بر تعبیه پروتز سینه ها، عمل لیفت سینه هم انجام می شود. خط این برش از زیر نوک سینه امتداد دارد و یک خط مورب هم در زیر سینه برش می خورد.

نکات مهم بعد از عمل پروتز سینه

- در مورد کار و فعالیت های روزانه می توان گفت تا بهبودی کامل پس از جراحی سینه چندین هفته طول می کشد؛ بنابراین ممکن است لازم باشد یک هفته از محل کار خود مرخصی بگیرید و تمام این مدت را استراحت کنید.

- در مورد رانندگی نیز توصیه می شود حداقل یک هفته رانندگی نکنید.

- مسافرت با هواپیما پس از عمل پروتز سینه مانعی ندارد.

- حداقل تا ۳ هفته از مصرف دخانیات و مشروبات الکی خودداری کنید.

- بعد از عمل توصیه می شود که در تمام طول روز (۲ الی ۳ ماه پس از جراحی پروتز سینه) از سوتین مخصوص استفاده کنید.

- حداقل به مدت یک ماه از تمرینات سنگین با وزنه یا ورزش های شدید خودداری کنید.

- بعد از ۶ هفته بخیه های شما کشیده می شود یا اگر قابل جذب باشد، جذب می شود. بعد از طی کردن ۶ هفته دوره نقاهت باید بتوانید به بیشتر فعالیت های عادی خود بازگردید. اسکار (جای زخم) شما نیز شروع به محو شدن می کند.

در مورد جای زخم هم باید بدانید که بستگی به نوع پوست (خوش زخم یا بد زخم بودن) و رنگ پوست دارد. به طور کلی برای از بین بردن جای زخم می توانید با مشورت جراح خود از کرم های ترمیم کننده استفاده کنید.

- دانستن این نکته هم بسیار مهم است که تعبیه پروتز دائمی نیست و حتما بعد از عمل، سالانه حداقل یکبار باید برای معاینه به پزشک مراجعه کنید. به طور کلی، پروتز های سیلیکونی یا آب نمکی به طور متوسط بین ۷ تا ۱۲ سال دوام می آورند. اما این مقطع زمانی برای همه یکسان نیست. بسته به نوع پروتز و سبک زندگی هر فردی ممکن است بیشتر یا کمتر شود.

قیمت پروتز سینه

به طور کلی عوامل مختلفی در هزینه نهایی عمل پروتز سینه تاثیرگذار هستند. به طور مثال، دستمزد جراح و متخصصی که انتخاب می کنید، نوع بیمارستان (خصوصی یا نیمه خصوصی) یا مرکز جراحی، کیفیت و نوع پروتز، موقعیت مکانی و جغرافیایی که شما هستید، در هزینه های نهایی شما تاثیر گذار می باشند. علاوه بر این، هزینه های جانبی شما شامل سوتین طبی و مراقب های بعد از عمل و... را هم باید در نظر بگیرید.

کلام آخر

پروتز سینه می تواند تاثیر زیادی در ظاهر سینه های شما داشته باشد و اعتماد به نفس و رضایت شما را از زیبایی اندام به میزان قابل توجهی افزایش دهد. در سال های پس از جراحی پروتز سینه، ممکن است به دلیل افزایش سن، کاهش وزن و عوامل دیگر، جراحی اصلاحی برای حفظ زیبایی سینه ها ضروری باشد. سعی کنید انتظارات واقع بینانه ای از این عمل زیبایی داشته باشید و در انتخاب بهترین جراح برای عمل پروتز سینه نهایت دقت و تحقیقات لازم را انجام دهید.