

جراحی بادی کانتورینگ و هر آنچه باید در مورد آن بدانید!
اگر به فکر انجام عمل جراحی برای اصلاح یا سفت کردن شکم، ران‌ها، بازوها یا باسن خود هستید، بادی کانتورینگ یا پیکرتراشی گزینه‌ای است که می‌تواند به شما کمک کند.
با این حال، مانند رژیم غذایی و ورزش، این جراحی هم فرآیندی است که به برنامه ریزی دقیق و زمان نیاز دارد و داشتن یک دیدگاه واقع بینانه در مورد آنچه که جراحی می‌تواند انجام دهد مهم است. بنابراین در این مقاله قصد داریم به بررسی کامل بادی کانتورینگ بپردازیم.



انواع مختلف بادی کانتورینگ

روش‌های زیر در دسته‌بندی جراحی بادی کانتورینگ قرار می‌گیرند:

- ابدومینوپلاستی
- لیفت بازو
- لیفت باسن برزیلی

- لیفت بدن
- لیپوساکشن
- لیفت ران
- پانیکولکتومی

هر کدام از این روش‌ها قسمت‌های مختلفی از بدن را فرم دهی می‌کنند.

ابدومینوپلاستی (تامی تاک)

آیا می‌خواهید در مورد ابدومینوپلاستی اطلاعات بیشتری کسب کنید؟ مقاله ابدومینوپلاستی را مطالعه کنید.

ابدومینوپلاستی، با نام مستعار تامی تاک، پوست و بافت اضافی را از ناحیه شکم حذف می‌کند و عضلات زیرین شکم را سفت می‌کند.

چهار نوع اصلی جراحی ابدومینوپلاستی عبارتند از:

- ابدومینوپلاستی کامل یا استاندارد: رایج‌ترین نوع تامی تاک، ابدومینوپلاستی استاندارد است که بر روی قسمت میانی شکم تمرکز می‌کند.
- مینی ابدومینوپلاستی: فقط قسمت پایین شکم را هدف قرار می‌دهد.
- ابدومینوپلاستی گسترش یافته: این روش بیشتر از روش قبلی درگیر است و روی قسمت پایین شکم، باسن و دو طرف کمر متمرکز می‌شود.
- ابدومینوپلاستی معکوس: این روش قسمت بالای شکم را مورد توجه قرار می‌دهد.



لیفت بازو و ران

هدف از لیفت بازو و ران مشابه ابدومینوپلاستی است: جراح پوست و بافت چربی اضافی را بردارد تا پوست صافتری ایجاد کند و فرم اندام را بهبود بخشد.

لیفت بازو که به آن براکیوپلاستی نیز گفته می‌شود، چربی و پوست اضافی روی بازو بین زیر بغل و آرنج را هدف قرار می‌دهد. این جراحی نیاز به برش‌هایی در قسمت زیرین بازوها دارد. پس از آن، بافت زیرین سفت شده و پوست اضافی برداشته می‌شود. پوست باقیمانده برای ایجاد بازوهای فشرده تغییر مکان می‌دهد. برش‌ها با بخیه یا نوار جراحی بسته می‌شوند. این روش را می‌توان با آرام بخش و بی‌حسی موضعی یا بیهوشی عمومی تکمیل کرد.



لیفت ران

لیفت ران را می‌توان در قسمت داخلی یا خارجی ران انجام داد. اگر لیفت داخلی ران انجام شود، برش‌هایی در ناحیه کشاله ران ایجاد می‌شود و دور پشت ران پیچیده می‌شود. سایر تکنیک‌ها شامل برش در زانو یا فقط در ناحیه کشاله ران است. برای لیفت بیرونی ران، جراحی می‌تواند از کشاله ران، اطراف لگن و یا در سراسر پشت ران اجرا شوند.

لیفت باسن برزیلی

لیفت باسن برزیلی شامل لیپوساکشن و بزرگ کردن باسن برای رسیدن به فرمی ایده‌آل است. این روش به منظور افزایش حجم باسن و کاهش چربی در شکم، باسن، کمر و ران استفاده می‌شود و به طور کلی، تمام نیمه تنه پایینی فرد را بهبود می‌بخشد.

این تکنیک با لیپوساکشن شروع می‌شود که چربی‌های ناخواسته را از شکم، باسن، کمر یا ران ساکشن می‌کند. سپس این چربی‌ها برای بهبود اندازه و شکل به باسن تزریق می‌شود. این جراحی بادی کانتورینگ را می‌توان تحت بیهوشی عمومی یا آرام بخش وریدی انجام داد.



لیفت بدن

اگر می‌خواهید شکم، باسن و ران‌های خود را به یکباره تقویت کنید، لیفت بدن ممکن است انتخاب مناسبی برای شما باشد. اگر به دنبال حذف چربی اضافی هستید، جراح ممکن است علاوه بر لیفت بدن، لیپوساکشن را نیز پیشنهاد کند.

از آنجایی که لیفت بدن بسیار گسترده است، مهم است که این تکنیک را به طور کامل با جراح خود بررسی کنید تا مطمئن شوید که برای شما مناسب است. به طور معمول، بسته به سابقه پزشکی و مقدار پوست مورد نیاز برای برداشتن، بیماران تحت آرام‌بخشی داخل وریدی یا بیهوشی عمومی قرار می‌گیرند. پس از بیهوش شدن بیمار، جراح برشی شبیه به الگوی خط بیکیینی در امتداد شکم، کشاله ران، کمر، ران‌ها و باسن ایجاد می‌کند. سپس بخش اضافی پوست برداشته می‌شود. ماهیچه‌های زیرین سفت می‌شوند و پوست باقی‌مانده به سمت پایین کشیده می‌شود و در محل برش بخیه می‌شود.



لیپوساکشن

لیپوساکشن شاید پرطرفدارترین روش بادی کانتورینگ باشد، زیرا چربی را از بدن دفع می‌کند. این تکنیک تعداد سلول‌های چربی را در بدن شما کاهش می‌دهد، اما برخی از سلول‌های چربی در محل باقی می‌مانند که بسته به سبک زندگی بیمار می‌توانند بزرگ شوند. از این تکنیک بادی کانتورینگ می‌توان در مناطقی استفاده کرد که به رژیم غذایی سالم و ورزش پاسخ نمی‌دهند. مانند چانه، گردن، بالای بازوها، سینه، پشت، شکم، باسن، باسن و ران‌ها.

لیپوساکشن را می‌توان با بیهوشی موضعی، آرام‌بخش یا بیهوشی عمومی کامل انجام داد. جراح برای برداشتن چربی، برش‌های کوچکی ایجاد می‌کند و یک کانولا را وارد بدن می‌کند. این لوله نازک به یک مکنده متصل است که چربی را می‌مکد.



پانیکولکتومی (Panniculectomy)

اگرچه این روش بادی کانتورینگ شبیه به تامی تاک است، اما تفاوت‌هایی با هم دارند. تفاوت بین پانیکولکتومی و ابدومینوپلاستی این است که ماهیچه‌های شکم در روش اول سفت نمی‌شوند. این روش تنها بر روی برداشتن پوست آویزان و چربی از قسمت پایین شکم است. به طور معمول، بیمارانی که کاهش وزن شدید انجام داده‌اند، از این روش استفاده می‌کنند.

جراحی بسته به شرایط فیزیکی بیمار با آرام‌بخشی داخل وریدی یا بیهوشی عمومی انجام می‌شود. سپس جراح یک برش افقی بین خط موی شرمگاهی و ناف ایجاد می‌کند. طول برش بستگی به مقدار پوستی دارد که قرار است حذف شود.

چه زمانی جراحی بادی کانتورینگ به یک بیمار پیشنهاد می‌شود؟

جراحی‌های شکل‌دهی بدن می‌توانند چربی یا پوست اضافی را از بین ببرند، پوست را سفت کنند و به شکل دهی مجدد بدن کمک کنند.

دو دلیل اساسی وجود دارد که فرد به بادی کانتورینگ فکر کند. برای حذف پوست اضافه پس از کاهش وزن زیاد یا برای دستیابی به فرم مورد نظر با هدف قرار دادن مناطق خاص بدن.

چه کسانی کاندیدای بادی کانتورینگ هستند؟

برای اینکه کاندیدای مناسبی برای جراحی بادی کانتورینگ باشید، وزن شما باید حدود شش تا ۱۲ ماه ثابت باشد و نباید قصد لاغری داشته باشید. اگرچه این روش‌ها بافت‌های چربی را حذف می‌کنند، اما سلول‌های چربی همچنان باقی می‌مانند، به این معنی که اگر سبک زندگی سالمی نداشته باشید و به طور منظم ورزش نکنید، می‌توانند بزرگ شوند و نتایج جراحی را از بین ببرند. بیماران باید از سلامت کلی برخوردار باشند. شرایط پزشکی مزمن می‌تواند خطر عوارض در حین جراحی را افزایش دهد.

کاندیداهای انجام بادی کانتورینگ باید غیرسیگاری باشد یا حداقل شش هفته قبل و بعد از جراحی سیگار را ترک کنند. انتظارات بیمار از جراحی نیز باید واقع بینانه باشد.

حتماً پیش از جراحی، در مورد تکنیک، بهبودی و نتایج مورد انتظار با جراح خود صحبت کنید تا مطمئن شوید که به نتیجه‌ای که می‌خواهید، می‌رسید.

آیا گزینه‌های غیر جراحی هم برای بادی کانتورینگ وجود دارد؟

اگر به طور کلی در مورد جراحی نگران هستید یا نگران خطرات یا عوارض احتمالی آن هستید، چندین گزینه غیر جراحی پیکرتراشی هم در دسترس است. با این حال، نتایج آنها به اندازه روش‌های جراحی، موفقیت آمیز نیست. به عنوان مثال، پیکرتراشی سرد تنها 20 تا 25 درصد چربی‌ها را کاهش می‌دهد و درصدی از بیماران به هیپرپلازی متناقض چربی مبتلا می‌شوند. این عارضه زمانی رخ می‌دهد که سلول‌های چربی منجمد به جای جذب سفت شوند.

یکی دیگر از گزینه‌هایی که اغلب تبلیغ می‌شود، از گرما برای شروع سریع انقباضات پوستی استفاده می‌کند که باعث کاهش چربی و سفت شدن پوست می‌شود. اکثر این دستگاه‌ها از لیزر کوچکی استفاده می‌کنند که برای سطح وسیعی مانند شکم، بازوها یا ران‌ها مفید نیست.

اگرچه این گزینه‌ها ممکن است نتایج خوبی ارائه نکنند، دو گزینه دیگر وجود دارد که تحقیقات اثربخشی آنها را ثابت کرده‌اند:

اسمارت لیپو (SmartLipo)

اسمارت لیپو یک روش غیر تهاجمی است که از لیزر برای ذوب چربی استفاده می‌کند. گرم کردن بافت به آن اجازه انقباض می‌دهد. این درمان را می‌توان در تمام نواحی بدن استفاده کرد.



Renuvion

Renuvion یک فناوری جدید است که از ترکیبی از انرژی فرکانس رادیویی و پلاسمای هلیوم استفاده می‌کند. این روش ممکن است همراه با لیپوساکشن یا به تنهایی برای ایجاد انقباض بافت مورد استفاده قرار گیرد.

فیلرها و مواد تزریقی

فیلرها و مواد تزریقی فقط برای صورت نیستند. آنها می‌توانند در مناطقی از بدن که می‌خواهید صاف یا حجیم شوند هم استفاده شوند. اگرچه نتایج این درمان‌ها حتی به نتایج جراحی شکم،

لیپوساکشن یا لیفت باسن برزیلی نزدیک هم نیست، اما همچنان می‌توانند فرورفتگی یا سلولیت را از بین ببرند.

جمع بندی

قبل از گرفتن تصمیم قطعی برای انجام بادی کانتورینگ حتماً با یک جراح متخصص مشورت کنید. یک جراح زیبایی می‌تواند به شما کمک کند تا بفهمید چه روشی برای رسیدن به چیزی که در نظر دارید، مناسب‌تر است. اهداف، سبک زندگی و سلامت عمومی شما در تعیین مناسب‌ترین روش برای شما موثر است.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد بادی کانتورینگ و روش‌های مختلف آن، همین امروز با مطب دکتر قدسی تماس بگیرید و یک وقت مشاوره رزرو کنید.

منابع:

<https://www.buglinoplasticsurgery.com/body-contouring-everything-you-need-to-know>

<https://health.clevelandclinic.org/body-contouring-cosmetic-surgery-what-you-need-to-know>