

پیکرتراشی به روش لیفت بدن: هر آنچه لازم است در مورد جراحی لیفت بدن بدانید.
با افزایش جراحی چاقی و کاهش وزن شدید، تقاضای جراحی لیفت بدن هم بیشتر شده است. هدف از جراحی لیفت بدن از بین بردن پوست شل و آویزان است که در نتیجه کاهش وزن زیاد، بارداری، یا آسیب ناشی آفتاب و افزایش سن به وجود می آید.
این روش پوست ران‌ها، باسن، کمر و شکم را بلند، سفت و خوش فرم می کند. همچنین به عنوان لیفت اندام تحتانی یا لیپکتومی شناخته می شود.



لیفت بدن چیست؟

لیفت بدن که به عنوان جراحی پلاستیک بدن نیز شناخته می شود، با از بین بردن پوست اضافی و چربی های زیر آن، شکل و فرم بدن را بهبود می بخشد. افتادگی بیش از حد چربی و پوست تا حدی به دلیل خاصیت ارتجاعی ضعیف بافت ایجاد می شود. لیفت کامل پایین تنه، باسن، شکم، کمر، باسن و ران را در یک جراحی خوش فرم می کند.

لیفت بدن می‌تواند برای درمان پوست اضافی، سلولیت و افتادگی بافت چربی استفاده شود. بسیاری از افرادی که به دلیل جراحی چاقی (مانند بای پس معده یا اسلیو معده) یا از طریق رژیم غذایی و ورزش کاهش وزن قابل توجهی (50 کیلوگرم یا بیشتر) داشته‌اند، اغلب دچار افتادگی پوست در نواحی مختلف بدن هستند.

پوست ممکن است در نتیجه کشیدگی طولانی مدت، شل شود و خاصیت ارتجاعی خود را از دست بدهد. همین موضوع باعث می‌شود تا اغلب به اندازه و شکل قبلی خود برنگردد. علاوه بر این، پوست اضافی می‌تواند تحرک فرد را محدود کند و باعث ایجاد بثورات و زخم‌های دیگری شود که ممکن است منجر به عفونت شود.



ترکیب لیفت بدن با سایر تکنیک‌های پیکرتراشی لیفت بدن صرفاً برای حذف چربی اضافی در نظر گرفته نشده است. جراحی لیپوساکشن به تنهایی می‌تواند رسوبات چربی اضافی را در جایی که پوست خاصیت ارتجاعی خوبی دارد از بین ببرد. در

مکان‌هایی که خاصیت ارتجاعی پوست ضعیف است، ممکن است جراح تکنیک لیفت بدن را با لیپوساکشن ترکیب کند تا هم چربی اضافی و هم افتادگی پوست را درمان کند.

چه کسانی کاندیدای انجام جراحی لیفت بدن هستند؟

قبل از تصمیم‌گیری برای انجام جراحی لیفت بدن، وزن شما باید حداقل برای یک سال نسبتاً ثابت باشد. زنانی که قصد بارداری در آینده را دارند باید لیفت بدن را به تعویق بیندازند زیرا بارداری ممکن است نتایج عمل را تغییر دهد.

افراد زیر کاندیداهای مناسبی برای انجام جراحی لیفت بدن هستند:

- افراد دارای شلی قابل توجه بافت نرم در چندین ناحیه مختلف بدن هستند
- افراد سالمی که بیماری خاصی که بتواند روند بهبودی را مختل کند یا خطر جراحی را افزایش دهد، ندارند
- غیر سیگاری‌ها
- افرادی اهداف واقع بینانه دارند و می‌دانند که جراحی لیفت بدن چه نتایجی به همراه دارد
- افرادی که متعهد به یک سبک زندگی سالم هستند.

آمادگی برای انجام جراحی لیفت بدن

در طول مشاوره اولیه، با جراحان در مورد اینکه آیا لیفت بدن یک درمان مناسب برای شما است یا خیر، صحبت خواهید کرد. جراح نه تنها سلامت عمومی شما را ارزیابی می‌کند، بلکه بدن شما را معاینه و اندازه‌گیری می‌کند و از بدن شما عکس می‌گیرد. همچنین در مورد نتایج لیفت بدن و عوارض آن با شما صحبت خواهید کرد. خوب است که قبل از جلسه مشاوره لیست سؤالاتی را که می‌خواهید از جراحان بپرسید، آماده کنید.

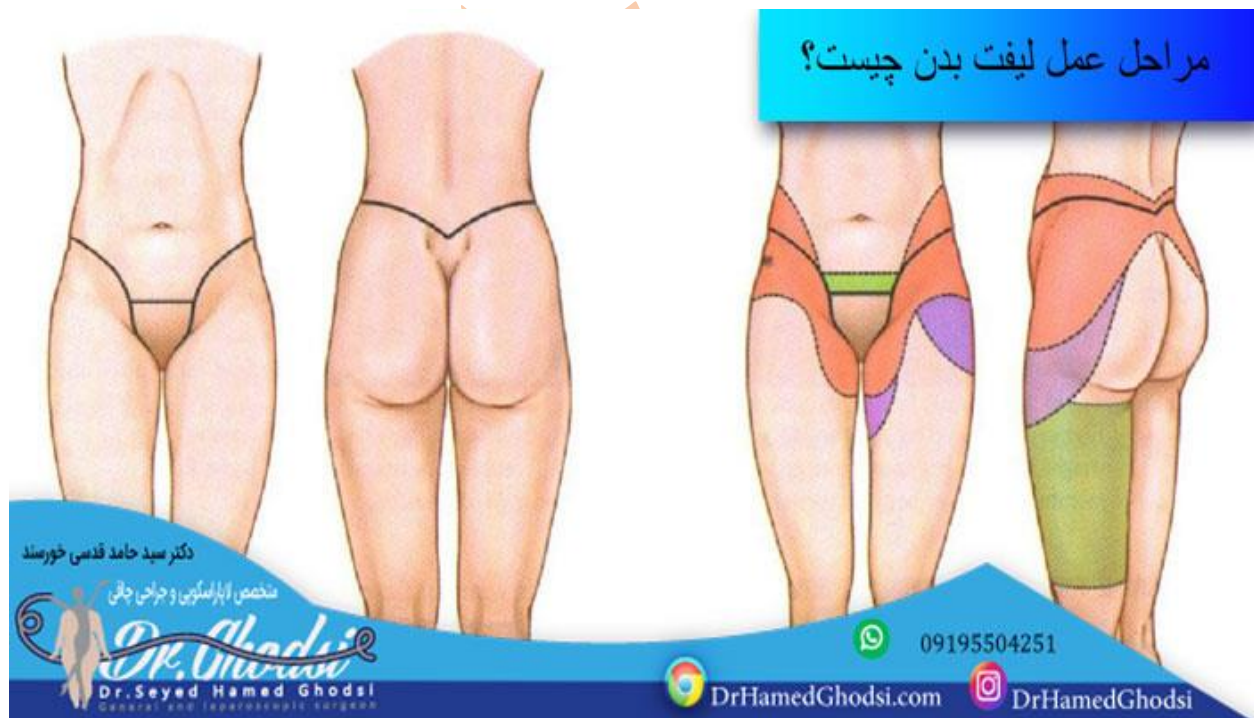
قبل از عمل، معمولاً جراح دستور انجام آزمایش‌های مختلفی را برای تأیید وضعیت سلامتی شما می‌دهد. همچنین ممکن است از شما بخواهد که یک یا دو هفته قبل از جراحی مصرف برخی داروها را متوقف کنید یا مصرف برخی داروها را شروع کنید. به عنوان مثال معمولاً جراحان از بیماران

می‌خواهند تا چند هفته قبل از عمل، از مصرف آسپرین، داروهای ضدالتهابی و مکمل‌های گیاهی خودداری کنند.

اگر سیگاری هستید، مطمئناً جراح از شما می‌خواهد که تا قبل از عمل جراحی سیگار را ترک کنید. همچنین حتماً با کسی هماهنگ کنید تا شما را از کلینیک یا بیمارستان به خانه بیاورد و حداقل تا 24 ساعت پس از عمل همراه شما بماند.

مراحل عمل لیفت بدن چیست؟

لیفت بدن یکی از روش‌های جراحی است که نیاز به برش‌های گسترده دارد. طول و الگوی برش به مقدار و محل پوست اضافی که باید برداشته شود و همچنین قضاوت جراح بستگی دارد. جدیدترین متدهای جراحی لیفت بدن باعث می‌شوند تا برش‌ها در مکان‌هایی قرار بگیرند که بتوان آن‌ها را با اکثر لباس‌ها پنهان کرد.



مرحله 1 - بیهوشی

معمولاً لیفت بدن تحت بیهوشی عمومی انجام می‌شود. بنابراین متخصص بیهوشی آرام‌بخشی داخل وریدی به شما تزریق خواهد کرد.

مرحله 2 - برش

با توجه به محل‌های جراحی، جراح برش‌هایی را در بدن ایجاد می‌کند و پوست اضافی را حذف می‌کند و بافت زیرین آن را سفت و آن ناحیه را خوش فرم می‌کند.

یکی از روش‌های رایج لیفت بدن، لیفت کامل پایین تنه است. در این روش، جراح برش‌هایی مشابه الگوی بیکینی ایجاد می‌کند تا شکم، کشاله ران، کمر، ران و باسن را سفت کند.

ممکن است برای ایجاد بدنی خوش فرم‌تر، جراح هم‌زمان با لیفت بدن از لیپوساکشن نیز استفاده کند.

مرحله 3 - بستن برش‌ها

بخیه‌های عمیق در بافت‌های زیرین به شکل‌گیری و حمایت از خطوط تازه شکل گرفته کمک می‌کند. برای بستن برش‌های پوستی ممکن است از بخیه، چسب‌های پوستی، نوارها یا منگنه استفاده شود.

دوران نقاهت و بهبودی

پس از جراحی، شما به اتاق ریکاوری بده می‌شوید و در آنجا توسط کادر جراحی تحت نظر خواهید بود. اگرچه لیفت بدن ممکن است در برخی موارد به صورت سرپایی انجام شود، اما در بسیاری از موارد، لازم است که بیمار پس از جراحی یک شب در بیمارستان بماند.

زمان بهبودی بسته به حجم جراحی انجام شده می‌تواند متفاوت باشد. اما به طور معمول گفته می‌شود که قبل از بازگشت به فعالیت‌های عادی به چهار تا شش هفته زمان ریکاوری نیاز دارید و برای ورزش کردن باید شش تا هشت هفته صبر کنید. حتماً درباره مدت زمانی که باید استراحت

کنید با جراح خود صحبت کنید. خیلی مهم است که در دوران نقاهت برش‌های شما تحت فشار، ساییدگی یا حرکت بیش از حد قرار نگیرد.

نتایج جراحی لیفت بدن

نتایج جراحی لیفت بدن تقریباً بلافاصله پس از عمل قابل مشاهده است، اما برای مشاهده نتایج نهایی ممکن است لازم باشد چندین ماه صبر کنید. زمان مشاهده نتایج کاملاً به بدن فرد بستگی دارد. با اینکه جای زخم جراحی روی بدن باقی می‌ماند، اما اگر وزن‌تان ثابت بماند و به طور منظم فعالیت بدنی داشته باشید، نتایج کلی جراحی دائمی باقی می‌مانند.



آیا لیفت بدن بی خطر است؟

تمام روش‌های جراحی دارای خطراتی هستند. از آنجایی که در جراحی لیفت بدن حجم قابل توجهی از پوست برداشته می‌شود، خطرات مرتبط با آن بیشتر از جراحی زیبایی است.

خطرات لیفت بدن عبارتند از:

- خون ریزی
 - عفونت
 - باز شدن زخم
 - شلی پوست
 - نکروز پوست (مرگ بافت)
 - تشکیل اسکار غیر طبیعی
 - تشکیل سروما (توده یا توده ناشی از تجمع مایع در بافت یا اندام)
 - عدم تقارن (ظاهر نامتعادل)
- خطرات نادر لیفت بدن عبارتند از:

- ترومبوز ورید عمقی (انسداد ناشی از محدودیت در ورید، که احتمالاً منجر به تشکیل لخته می شود)
- آمبولی ریه (لخته شدن خون در ریه)
- انفارکتوس میوکارد (سکته قلبی)
- پنومونی

عوارض جانبی لیفت بدن عبارتند از:

- تورم
- کبودی
- درد
- بی حسی
- اسکار
- افسردگی

جمع بندی

از آنجایی که جراحی لیفت بدن یک جراحی زیبایی است، معمولاً هزینه آن توسط بیمه پوشش داده نمی‌شود؛ بنابراین می‌توانید در جلسه مشاوره در مورد هزینه جراحی و نحوه پرداخت آن با جراحان صحبت کنید.

دکتر حامد قدسی، فارغ التحصیل دانشگاه ایران و یکی از دانشگاه‌های معتبر فرانسه هستند. ایشان متخصص جراحی زیبایی هستند. اگر شما هم بعد از کاهش وزن می‌خواهید از دست افتادگی و شلی پوست راحت شوید، می‌توانید از طریق قسمت نوبت دهی سایت، یک وقت مشاوره برای خود رزرو کنید.

منابع:

<https://www.verywellhealth.com/body-lift-surgery-what-you-need-to-know-2709984>

<https://my.clevelandclinic.org/cosmetic-plastic-surgery/procedures/body-lift#insurance-tab>

<https://www.plasticsurgery.org/cosmetic-procedures/body-lift/procedure>