

# Veľký objem je zbytočný



Náš odborník  
MUDr. Gabriel Maršal  
plastický chirurg

**Zvažujete úpravu prs? Určite sa najprv poraďte s odborníkom. A možno zistíte, že chirurga vôbec nepotrebujete.**

**Sú** ženy, ktorým materstvo zmenilo prsníky, bežné klientky plastického chirurga? Po materstve a dojčení sa prsia dosť často zmenia, svojím spôsobom „utrpia“. Asi u 80 percent žien sa v rôznej miere zmení ich objem a poklesnú. Takže pokiaľ ide o mamičky, najčastejšie prídu s tým, že im vadia padnuté prsia. To vieme do istej miery korigovať.

#### Ako sa to dá riešiť?

Ak chce klientka doplniť objem – či už vrátiť pôvodný, alebo aj trochu pridať, musíme najčastejšie zvažovať implantáty. Iná vec je, ak chce len upraviť tvar prsníkov alebo ich podvihnúť, bez zväčšenia. To si musí plastický chirurg hneď na začiatku

s pacientkou ujasniť – aby riešil naozaj to, čo si želá ona, a nevnucoval jej svoje predstavy. Podľa toho sa zvolí operačný zákrok.

#### V čom sa líši úprava padnutých prsníkov bez implantátov a zväčšovanie?

Pri modelácii padnutých prsníkov, ktoré chceme len podvihnúť, sa časť kože, ktorá stratila elasticitu, odstráni. Nevýhodou tohto zákroku je nutnosť vytvoriť jazvy na viditeľných miestach – okolo dvorca a často aj zvislo od dvorca do podprsničovej ryhy. Pri zväčšovaní prsníkov, keď chceme implantátmi pridať objem a prípadne upraviť tvar, sú jazvy diskretnejšie. Nie sú na takých viditeľných miestach a sú kratšie, napríklad v podprsničovej ryhe. To je z estetického hľadiska veľký rozdiel.

také, ktoré sú vám veľké. S objemom prs to je rovnaké. Nie je najlepšie rozhodnúť sa práve pre tie, ktoré vám pekne sedia? Chcete o číslo väčšie? Pochybujem. Pri šatách však máte výhodu, že si ich môžete vyskúšať a prehodnotiť svoje rozhodnutie. U nás, žiaľ, nie. A je tu ešte jedna ľudská vlastnosť – aj keď tie ideálne šaty žena má, po roku-dvoch jej napadne – keby som mala väčšie, neboli by ešte lepšie? No nie, neboli!

#### Darí sa vám presvedčiť klientky, že menej je viac?

Mám klientky, ktoré sa s dôverou spoľahnú na to, čo im poradíme. Potom sú také, ktoré chcú k tomu, čo im poradíme, ešte trochu pridať, lebo kamarátka povedala, že treba pridať... Ale mám hranice, ktoré neprekročím. Už som musel pár klientok odmietnuť. Čokoľvek spravím, je vizitka mojej práce a ja chcem, aby moji klienti mali čo ukazovať – v dobrom zmysle slova. Snažím sa, aby výsledky boli skutočne dobré a aby som sa nemusel za svoju prácu hanbiť.

#### Viete navrhnúť takú veľkosť, aby bol prsník ideálny?

Ideálny prsník neexistuje. Matka príroda ho občas vytvorí a my sa o to tiež len snažíme. Ja za taký považujem prsník, ktorý je tvarom a objemom proporčný k telu. Objem nie je dôležitý. Okrem toho, čím sú prsia väčšie, tým skôr im hrozí pokles. No iste ste si aj vy všimli tendencie dosahovať čoraz väčší objem prsníkov a odklony od snahy dosiahnuť prirodzené tvary.

Stane sa vám, že príde žena, ktorá

**Predpokladám, že keď už nejaká mamička príde na chirurgický zákrok, chce takmer automaticky aj zväčšiť poprsie. Či nie?**

Je to asi pol na pol. Ale je zbytočné ísť do objemov. Podstatnejší je tvar a proporcionalita. Väčší a ešte väčší objem vám tvar a proporcionalitu nezaručí. Robíte zle, ak idete týmto smerom. To je, ako by ste si mysleli, že pekné šaty budú na vás ešte krajšie, ak budú väčšie. Jednoducho sú šaty, ktoré sú vám malé, sú šaty, ktoré vám dobre sedia, a sú



Zväčšenie implantátmi

Podvihnutie





zaj dobré. A, žiaľ, druhá kategória, celebrity, s predimenzovanými prsami.

### Lenže materstvo prsami naozaj „zacvičí“ a už nie sú také šik, ako boli...

Úloha ženských prsníkov je v prírode daná – materstvo a veci s tým súvisiace. Že po materstve a dojčení by mali ostať ideálne, je tak trochu nadštandard. Podľa môjho názoru chceme niečo, čo je nad rámec normálneho, prirodzeného vývoja prsníkov a ich tvaru...

### Ste plastický chirurg, ktorý odhovára ženy od zákroku?

Mohol by som mať veľa výhrad k zväčšovaniu, podvihovaniu prsníkov, no už som videl toľko spokojných žien po úpravách, že mám výhrad oveľa menej. Vždy, keď sa hovorí o prsníkoch a ich úpravách, akoby všetci uvažovali nad normálnym prsníkom, ktorý treba o niečo zväčšiť či podvihnúť. Ale niekedy ide naozaj

## Zvažujete operáciu prsníkov?

- Každé tehotenstvo prináša isté zmeny, takže najmenej výhodné je absolvovať operáciu tesne pred tehotenstvom alebo medzi nimi. Efekt úpravy je trvácnejší, keď už nepomýšľate na ďalšie deti.
- Operácia je možná až po niekoľkomesačnom odstupe od skončenia dojčenia a po stabilizácii hmotnosti, aby sa aj prsníky dostali do ustálenej formy.
- Pri znižovaní objemu prsníkov, čo je menej častá operácia, musí chirurg zasiahnuť do samotnej prsnej žľazy. Tým sa môže obmedziť alebo úplne zamedziť možnosť dojčenia, ak by ste ešte mali deti.
- Vloženie implantátov nemá dokázaný vplyv na neskoršie dojčenie. Problém pri dojčení s implantátmi je, že prsia sa do istej miery esteticky zmenia.
- Operácia sa robí obvykle v celkovej anestézii.
- Spravidla do 24 hodín po operácii vás prepustia do domáceho ošetrovania. Asi šesť týždňov treba dodržiavať isté fyzické obmedzenia a nosiť špeciálnu podprsenku.
- Na kontroly a preväzy treba prísť zväčša po týždni, po dvoch týždňoch a po dvoch mesiacoch.
- Pooperačné komplikácie sú výnimočné. Hojenie jaziev je veľmi individuálne.

## Mamina radi

Najčastejšou pooperačnou „komplikáciou“ je nespokojnosť z nespĺnenia nereálnych očakávaní. Preto je veľmi dôležitá predoperačná konzultácia s plastickým chirurgom. Nechajte si podrobne vysvetliť, čo je a čo nie je možné operáciou dosiahnuť, a až potom sa rozhodujte pre zákrok. Ak operatér nadšene opisuje len pozitíva, zájdite sa radšej poradiť aj k inému chirurgovi.

podľa vás z estetického hľadiska nepotrebuje žiadny zákrok, ale ona si ho praje?

Vedím s každou klientkou niekedy až hodinovú konzultáciu a potom je na nej, ako sa rozhodne. Snažím sa viesť rozhovor tak, aby ešte o svojich ďalších krokoch pouvažovala. Žiaľ, stretávam sa s opakom, že klientka má vlastné predstavy, ktoré nie sú reálne, a keď sa odhodlá prísť, už vlastne žiadnu radu nechce. A to je na škodu.

Máte pocit, že sú ovplyvnené herečkami či inými „celebritami“?

Určite. Je kategória známych žien, ktoré majú upravované prsia a výsledky sú nao-

o značné estetické odchýlky tvaru, symetrie, proporcií. A aj takáto žena by mohla chcieť mať normálne tvarované prsníky.

**Pekné prsia dokážu, aj keď možno neopodstatnene, dodať žene značné sebavedomie. Citíte to tak aj vy?**

Tlak súčasnosti je taký, že každá žena môže mať ideálne pekné prsníky. Ale aj plastická chirurgia má svoje hranice. No ak je situácia reálne riešiteľná, rozhodne môže byť lepší plastický chirurg ako doživotná frustrácia, psychoterapia alebo antidepresíva. Súčasne si však myslím, že chirurgia nemá operovať veci, ktoré sú riešiteľné neoperačne, hoci bylinkami či dobrým slovom.

Martina PALOVČÍKOVÁ

Foto profimedia.sk, archív G. M.