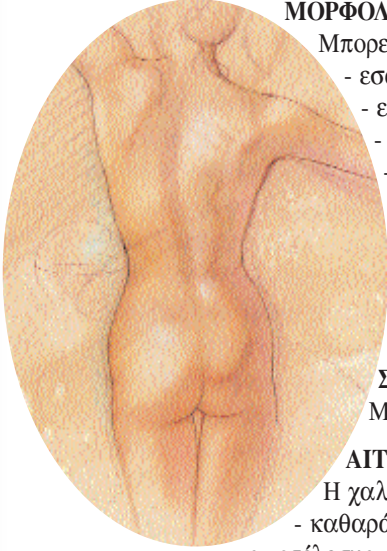


## ΑΝΟΡΘΩΣΗ ΜΗΡΩΝ & ΓΛΟΥΤΩΝ

Η χαλάρωση στους μηρούς αποτελεί ένα συνηθισμένο και πολύ ενοχλητικό πρόβλημα σε πολλές γυναίκες.



### ΜΟΡΦΟΛΟΓΙΑ

Μπορεί να αφορά κυρίως την:

- εσωτερική πλευρά των μηρών κοντά στο περίνεο
- εσωτερική πλευρά των μηρών κοντά στα γόνατα
- εξωτερική πλευρά
- εμπρόσθια πλευρά
- οπίσθια πλευρά των μηρών
- ποικίλο συνδυασμό ή γενική χαλάρωση όλου του μηρού
- μπορεί να αφορά μόνο τον μηρό ή να συνυπάρχει με χαλάρωση σε άλλα μέρη του σώματος
- μπορεί να συνυπάρχει με τοπική ή διάχυτη λιποδυστροφία (κυτταρίτιδα ή ψωμάκια)

### ΣΥΜΜΕΤΡΙΑ

Μπορεί να υπάρχει συμμετρία ή και ασυμμετρία.

### ΑΙΤΙΟΛΟΓΙΑ

Η χαλάρωση αυτή μπορεί να είναι:

- καθαρά κληρονομικό χαρακτηριστικό ιδιοσυστασίας
- αποτέλεσμα παχυσαρκίας
- αποτέλεσμα μετά από επιτυχημένη δίαιτα για αδυνάτισμα
- επακόλουθο ενός ή περισσοτέρων τοκετών
- αποτέλεσμα υπερβολικού μασάζ για τοπικό αδυνάτισμα
- υπολογισμένο αποτέλεσμα μεγάλης λιποαναρρόφησης
- χαρακτηριστικό σπάνιας νόσου dermoelastosis cutis
- αποτέλεσμα κάποιου συνδυασμού των παραπάνω παραγόντων

### ΕΝΟΧΛΗΜΑΤΑ

Η κατάσταση αυτή μπορεί να είναι ενοχλητική για :

- αισθητικούς λόγους
- ενοχλήματα μηχανικής αιτιολογίας (τριβή μεταξύ τους στο περπάτημα)
- συχνές φλεγμονές από βακτηρίδια και μύκητες - δύσκολη υγιεινή

### ΠΡΟΕΓΧΕΙΡΗΤΙΚΟΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ

Εάν δεν υπάρχει παχυσαρκία ή λιποδυστροφία (κυτταρίτιδα - ψωμάκια), χρειάζεται να αφαιρεθεί μόνον δέρμα από την εξωτερική ή την εσωτερική πλευρά των μηρών.

### ΕΑΝ ΣΥΝΥΠΑΡΧΕΙ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ Ή ΚΑΙ ΛΙΠΟΔΥΣΤΡΟΦΙΑ

- Το λίπος που βρίσκεται στην περιοχή που θα αφαιρεθεί το δέρμα, αφαιρείται ταυτόχρονα.
- Εάν χρειάζεται να αφαιρεθεί μικρή ποσότητα λίπους από άλλη περιοχή του μηρού τότε και δεν θα προκύψει πρόβλημα χαλάρωσης, αυτό γίνεται με λιποαναρρόφηση στον ίδιο χρόνο.
- Εάν χρειάζεται να αφαιρεθεί πολύ λίπος από πολλές περιοχές του μηρού, τότε είναι καλό να προηγείται λιποαναρρόφηση σε όσες περιοχές χρειάζεται και να αφήνεται η περιοχή να ηρεμήσει για μερικούς μήνες. Έτσι, σε δεύτερο χρόνο ακολουθεί η εκτομή του δέρματος με μικρότερη επέμβαση.

### ΠΟΥ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΟΙ ΤΟΜΕΣ. ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΠΡΟΤΙΜΗΣΕΙΣ

Υπάρχουν οι εξής δυνατότητες ανάλογα με το που και πόσο δέρμα χρειάζεται να αφαιρεθεί και ανάλογα με την επιθυμία και τις ανάγκες του ενδιαφερόμενου.

#### Εξωτερική επιφάνεια μηρού

- Κάθετα Μόνο για πολύ μεγάλες εκτομές. Ουλή πολύ εμφανής
- Οριζόντια Γίνεται ψηλά στους γοφούς. Η τομή κρύβεται σχετικά εύκολα

#### Εσωτερική επιφάνεια μηρού

- Κάθετα Μόνο για πολύ μεγάλες εκτομές. Ουλή σχετικά εμφανής
- Οριζόντια Γίνεται ψηλά στην πτυχή. Η τομή κρύβεται εύκολα.

#### Οπίσθια επιφάνεια μηρού

- Οριζόντια Στην πτυχή.  
Η τομή κρύβεται δύσκολα.
- Οριζόντια Πάνω από τον γλουτό.  
Γίνεται και ανόρθωσή του.  
Η τομή κρύβεται σχετικά εύκολα.

Συνοπτικά οι τομές που προτιμούμε, είναι αυτές που εξυπηρετούν καλύτερα, χωρίς να είναι εμφανείς.

- Έτσι αυτή που γίνεται **εσωτερικά - ψηλά στο μηρό** (καβάλο) δίνει τα **καλύτερα** αποτελέσματα από κάθε άποψη.
- Με την συνδυασμένη εκτομή πάνω από τον γλουτό και σφίγγει και στρογγυλεύει όλος ο γλουτός. Η τομή κρύβεται πάντα από μικρό εσώρουχο ή μαγιό, μέχρι να σταθεροποιηθεί.
- Με την κάθετη εκτομή στην μέση επιφάνεια του γλουτού επιτυγχάνεται η καλύτερη δυνατή σύσφιξη και του γλουτού.
- Έτσι, σφίγγει μεγάλο μέρος του μηρού και επιτυγχάνεται η καλύτερη ανόρθωση και όλου του γλουτού, που παίρνει ένα σφιχτό, στρογγυλεμένο σχήμα (**tanga lift**).

## Η ΠΡΟΕΓΧΕΙΡΗΤΙΚΗ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ

- Να μην ληφθούν σκευάσματα που περιέχουν ασπιρίνη για δέκα περίπου ημέρες πριν από την επέμβαση
- Εκτέλεση ορισμένων απλών εργαστηριακών εξετάσεων (γενική αίματος, ουρία, σάκχαρο, ηλεκτροκαρδιογράφημα)
- Να γίνει καθαρισμός του σώματος (μπάνιο) το προηγούμενο βράδυ
- **Νηστικοί** το πρωί της επέμβασης (Μισό ποτήρι νερό για τον καθαρισμό των δοντιών μόνο)
- Προσέλευση στην κλινική την προκαθορισμένη ώρα

## ΣΤΟ ΧΕΙΡΟΥΡΓΕΙΟ

Φροντίζουμε το περιβάλλον του χειρουργείου να είναι όσο το δυνατόν πιο άνετο για τον χειρουργούμενο.

Χορηγείται ελαφρά γενική αναισθησία και ακολουθεί ο καθαρισμός της περιοχής με αντισηπτικό.

Γίνεται η προγραμματισμένη εκτομή και η τυχόν λιποαναρρόφηση.

Η τομή κλείνεται προσεκτικά με εσωτερικές ραφές και καλύπτεται με κολλητική ταινία μόνον.

Δεν χρησιμοποιούνται επίδεσμοι, παρά μόνο ένα καλσόν.

## ΜΕΤΕΓΧΕΙΡΗΤΙΚΑ

- Χορηγούνται τα απαραίτητα αναλγητικά. Λαμβάνονται σε χάπια ή υπόθετα κάθε 4-5 ώρες, προτού εμφανισθεί πόνος
- Μπορείτε να επιστρέψετε στο σπίτι αυθημερόν, ή, εάν το επιθυμήτε, να μείνετε 1 νύχτα στην κλινική.
- Μικρή άνοδος της θερμοκρασίας είναι φυσιολογική
- Η περιοχή ελέγχεται στο ιατρείο μετά από 6-7 ημέρες, οπότε και αφαιρούνται τα 1-2 λεπτά ραμματάκια της λιποαναρρόφσεως
- Δεν γίνονται αλλαγές ή αφαιρέσεις άλλων ραμμάτων
- Η αποθεραπεία χρειάζεται συνήθως 2-3 εβδομάδες
- Φυσικοθεραπεία (υπέρηχοι - ενδερμολογία) βοηθούν την ταχύτερη υποχώρηση του οιδήματος

## Πιθανά ανεπιθύμητα αποτελέσματα

Ανάλογα με την περίπτωση, μπορεί να εμφανισθεί λίγο αίμα στους επιδέσμους τις πρώτες ημέρες

Μετά την αποθεραπεία μπορεί πολύ σπάνια να έχουμε:

- Αλλαγή του χρώματος της περιοχής. Μπορεί να γίνει πιο σκούρο ή πιο ανοικτό
- Υπερτροφική ουλή, που αντιμετωπίζεται εύκολα.

## ΓΕΝΙΚΑ.

- Η επέμβαση είναι σύντομη για τις πιο συνηθισμένες περιπτώσεις. Η παραμονή για νοσηλεία είναι σύντομη, η αποκατάσταση γρήγορη και το αποτέλεσμα εντυπωσιακό επίσης.
- Επειδή είναι επέμβαση αφαίρεσης, το αποτέλεσμα που επιτυγχάνεται με αυτήν δε μπορεί να επιτευχθεί με καμιά άλλη συντηρητική ή άλλου είδους θεραπεία.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ:

Converse, J.M.: *Plastic Reconstructive Surgery*, Vol. 7:3727, W.B. Saunders Company, 1977

Courtiss, E.H.: *Male Aesthetic Surgery*, The C.B. Mosby Company, 1982

### ΣΠΥΡΟΣ Β. ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ F.R.C.S. (GLASGOW).

Εταίρος Βασιλικού Κολλεγίου Χειρουργών - Glasgow  
Υφηγητής Πανεπιστημίου Witwatersrand-Johannesburg

"ΜΟΡΦΗ" - ΚΕΝΤΡΟ ΠΛΑΣΤΙΚΗΣ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ

Κηφισίας 164, 115 25 Ν. Ψυχικό - Αθήνα, Τηλ.: 210 6729900-2, Fax: 210 6729903

Site: [www.morphegr.gr](http://www.morphegr.gr), E-mail: [info@morphegr](mailto:info@morphegr)

ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ: "Μαιευτήριο ΛΗΤΩ", Μουσών 7-13, 115 24 Αθήνα, Τηλ.: 210 6929505, Fax: 210 6929533

**ΟΙ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΤΟΥ ΔΕΛΤΙΟΥ ΕΙΝΑΙ ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΠΩΣ ΑΝΑΦΕΡΕΤΑΙ ΣΤΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.**

**ΕΙΔΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΔΟΘΟΥΝ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΞΕΤΑΣΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΓΙΑΤΡΟ.**