

# ESTETIKA HIRURGIJA & KOZMETIKA

200 DIN • CG 2.5 EUR • BIH 6 KM

Broj 41 • Godina XI

*više lepote*

**GRUDI**

Povećanje bez ožiljka

**PRP**

Istina ili mit?

**NOS**

Šta treba  
da znate?

**VLASTITA  
MAST**

U čemu je tajna?

**ANTI-AGING  
ISKUSTVO**

MILICA  
BURSAĆ

KAJA  
OSTOJIĆ

OLIVERA  
JOVIĆEVIĆ

**STIŽE PROLEĆE**

# ANTICELULIT



BLEFAROPLASTIKA  
KOREKCIJA KAPAKA

# DA OČI PONOVO PROGLEDAJU



Korekcija očnih kapaka, podizanje kapaka, odstranjivanje viška kože i masnog tkiva na kopcima, otklanjanje bora oko očiju, otklanjanje masnih jastučića na donjim kopcima – pojave su koje zahtevaju intervenciju nazvanu BLEFAROPLASTIKA. Ona spada u male, ali veoma efikasne estetske zahvate, bez većeg rizika za pacijenta. Ali, samo ako je radi iskusan estetski hirurg.



Piše dr sci.med.dr **Boban Đorđević**

Često nismo ni svesni da je ono što smo upravo saznali bila poruka nečijih očiju. S druge strane, očima vrlo svesno možemo da saopštimo šta mislimo ili osećamo. One su, najčešće, prvo što pri susretu sa nekom osobom primetimo. Čak i kada se sa nekim prvi put sretnemo možemo ga pozdraviti očima kao da smo mu pružili ruku. Oči su moćno oruđe u odnosu sa ljudima i otkrivaju čitav niz osećanja, od ljubavi do mržnje. U očima blista svetlo inteligencije i duha, kriju se istine i laži, tame i svetlosti proživljenih događaja. U očima je celokupan čovek. Smeštene na granici između intelektualnoga i osećajnog područja, oči učestvuju u obe ljudske sposobnosti – razumu i ljubavi – koje se ogledaju u njima pomoću položaja, oblika i izraza.

## OČI TAKOĐE STARE

Poznato je da se godine najviše vide po očima, po umornom pogledu sa opuštenim kopcima, podočnjacima i tamnim krugovima ispod očiju. Fiziološki proces starenja ne nagrizava svakog od nas podjednako. Neki su po svojoj kon-

stituciji, genetskoj predispoziciji ili po načinu života skloniji određenim manifestacijama starenja lica. S godinama koža gubi svoju elastičnost i konzistenciju, posebno u području očnih kapaka, jer je tu i najtanja. Vremenom se opuštaju i orbikularni (kružni) mišići koji otvaraju i zatvaraju kapke, pa dolazi do probijanja orbitalnog masnog tkiva pod kožu i stvaranja podočnjaka što očima i celom licu daje umoran i star izgled. Kapci polagano ali sigurno menjaju svoj izgled. Višak kože na gornjim kopcima ponekad može prekrivati rub kapaka i smanjiti vidno polje, dok višak masnog tkiva često deformiše i stvara otoke na kopcima. Otečeni, podbuli i opuštteni kapci indikacija su za njihovu korekciju. Ako se pitate kako vam blefaroplastika može promeniti izgled, potrebno je da znate kako se izvodi ta operacija i šta realno možete da očekujete od tog hirurškog zahvata.

Korekcija kapaka je hirurška intervencija stara duže od jednog veka. Poznavanje dinamičke anatomije kapaka usavršilo je u poslednjih dvadesetak godina metodu blefaroplastike čime su se postoperativne komplikacije, u vidu nepotpunog zatvaranja kapaka, sušenja rožnjače i ektropiona, svele na minimum. Blefaroplastika otklanja višak kože na kopcima i podočnjake koji čoveku daju iznuren i umoran izgled. Taj zahvat ne može otkloniti tamne krugove, tanke linije i nabore oko očiju, niti može ispraviti spuštene obrve.



Da bi se postigao najbolji estetski rezultat, hirurg vam može predložiti da se u istom aktu urade i druge estetske intervencije na licu, kao što su podizanje obrva, zatezanje čela (browlift), zatezanje lica (face-lift) ili pomlađivanje kože (skin resurfacing). Ponekad se umorni kapci ne operišu, već se podmlađuju tzv. lipofilingom. Zatamnjeni kapci – podočnjaci nisu operativna problematika, već je reč o specifičnoj hiperpigmentaciji koja se leči određenim krema- ma i drugim kozmetičkim procedurama. Rezultati estetske korekcije kapaka zavise i od stepena njihove opuštenosti. Ukoliko ste došli lekaru zbog minimalne korekcije, rezultat će biti minimalan, i obrnuto. Definitivni rezultat vidljiv je nakon mesec dana.

## SARADNJA PACIJENTA I HIRURGA

Uspešnost svake estetske operacije zavisi od bliske saradnje pacijenta i hirurga. Poverenje koje je utemeljeno na realnim očekivanjima i istančana medicinska procena razvijaju se tokom konsultacija koje prethode operativnom zahvatu. Estetski hirurg mora da vam da odgovore na specifična pitanja u skladu sa vašim posebnim potrebama. Na prvom susretu hirurg će sagledati vaš problem, daće vam osnovne i potrebne informacije o proceduri, kad i kako se može izvesti, kakvi se rezultati u vašem slučaju mogu očekivati, ali i upoznati vas sa time kakve rizike i komplikacije ta intervencija nosi sa sobom, da bi se izbegli nesporazumi i postigli zadovoljavajući estetski rezultati.

Veoma je važno na prvom pregledu analizirati razloge zbog kojih neko želi da uradi estetsku korekciju kapaka. Kod tradicionalne blefaroplastike odstranjuje se višak masnih jastučića koji se nalaze u kapcima, odstranjuje se višak opušteno- ke, ili mišića koji može biti hipertrofičan i opušten. Samim zahvatom može se menjati i oblik očiju. Činjenica je da kod ovog zahvata treba biti konzervativan u razmišljanju i operisanju, a dobiti estetski zadovoljavajući rezultat. Blefaroplastika spada u male i vrlo efikasne estetske zahvate, ali je samo pod rukom iskusnog estetskog hirurga bez većeg rizika za pacijenta.

## ŠTA HIRURG MOŽE DA URADI?

Ukoliko imate problem sa opuštenim, teškim kapcima koji nose značajne estetske probleme, zbog kojih izgledate umorno, bezvoljno, stvaraju vam patnju i smanjuju životni potencijal, potražite dobrog plastičnog hirurga. Važno je da znate da je operacija kapaka vrlo bezbedna operacija, sa izrazito malim i retkim komplikacijama, a može da pruži neizmerno zadovoljstvo. Takođe je bitno da znate da se nakon ove intervencije već nakon sedam dana možete preporođeni vratiti svojim životnim aktivnostima, sa potpuno novim elanom. Iako za iskusnim hirurškim tim blefaroplastika predstavlja rutinski zahvat, profesionalni pristup zahteva da se preoperativnoj pripremi pacijenta posveti posebna pažnja. Pacijentu se moraju predočiti sve metode korekcije kapaka. Za redukciju viška kože sa kapaka koristi se standardna metoda isecanja viška kože, ali se, uprkos tome, stalno radi na unapređenju hirurških postupaka, kako bi se novim hirurškim finesama dobili što bolji rezultati. Ako su gornji kapci veoma spuštene otklanja se višak kože, masnog tkiva i skraćuje se atrofičan orbikularni mišić. Ožiljak se smešta u prirodnu boru očnog kapka. Ako na



donjim kapcima postoji višak kože i masnog tkiva, oni se koriguju istom metodom kao i za gornje kapke, samo što se rez dužine 1,5 do 2 cm radi 2–3 mm ispod ruba trepavica gde se uklapa u jednu od postojećih bora. Ako donji kapci imaju samo višak masnog tkiva (podočnjaci), onda se radi transkonjunktivalni pristup (kroz konjunktivu donjeg kapka, tj. unutrašnje strane kapka). Često za bolji rezultat treba, poput podočnjaka, korigovati i tamne brazde između podočnjaka i nosa. U tom slučaju hirurg ne vadi masno tkivo već ga raspoređuje tako da se pokriju te tamne regije.

## SAMO ZA ZDRAVE OSOBE

Osnovni postulat u estetskoj hirurgiji je da se operišu SAMO ZDRAVE osobe. Kako blefaroplastika ne spada u operacije sa velikim rizikom, dovoljno je preoperativno uzeti dobru anamnezu (o zdravstvenom statusu pacijenta, kao i o vremenu očekivanog menstrualnog ciklusa – za žene), a od laboratorijskih analiza vreme krvarenja i koagulacije. Eventualni problemi vezani za kardiovaskularni sistem ili neke druge organe nisu kontraindikacija za ovu intervenciju ako se ona izvodi u uslovima lokalne anestezije, ali ako se izvodi u lokalno potenciranoj anesteziji treba napraviti i kardiološki status, te u slučaju postojanja nekih tegoba iste sanirati i tek nakon toga planirati intervenciju. Mogući problemi vezani za anesteziju su i reakcija na lokalni anestetik.

## OD PLANIRANJA DO UŠIVANJA

### PRE OPERACIJE

Pre estetske operacije očnih kapaka treba prestati sa uzimanjem preparata protiv bolova i to iz grupe nesteroidnih analgetika koji sadrže acetilsalicilnu kiselinu, kao što su aspirin, andol ili acetisal. To je takođe jedan od vrlo bitnih faktora u pripremi pacijenta za hirurški zahvat, jer se na taj način preveniraju eventualna neželjena krvarenja i hematomi (krvni podlivi) za vreme i nakon operacije, što znatno pospešuje i ubrzava oporavak i poboljšava rezultat operacije.

### OPERACIJA

U toku intervencije dobro je da pacijent saraduje sa hirur- gom tako što će po potrebi otvarati i zatvarati oči, pa je blefaroplastiku najbolje raditi pod lokalnom infiltrativnom anestezijom. Blefaroplastika se može raditi i u lokalno potenciranoj anesteziji kada pacijent tokom zahvata spava i zahvat je za pacijenta bezbolan, s tim što se mora voditi

računa da se pacijent ne sedira prekomerno. Da bi estetska korekcija očnih kapaka što bolje uspela, neposredno pre zahvata potrebno je napraviti precizan crtež. Hirurg posebnim flomasterom označava linije reza po kojima će otklanjati višak kože. Ako se radi i korekcija masnih jastučića i tamne brazde, označavaju se i te regije. Crtež koji se napravi pre operacije je izvrsna orijentacija, te on već predstavlja veliki i vrlo značajan korak do konačnog uspeha operacije. Na gornjem kapku, nakon preciznog planiranja, prave se dve paralelne incizije koje se sustiču ka unutrašnjem i ka spoljašnjem uglu oka gde se i završe, ili se produže u spoljašnje prirodne bore kapka, ograničavajući kožno ostrvo različite širine. Nakon toga se redukuje atrofični orbikularni mišić ili se u predelu najjačeg ispupčenja koje pravi orbitalna mast rasloje vlakna orbikularnog mišića. Tu se načini mala incizija orbitalnog septuma iz koje se mast lagano oslobodi. Treba odstraniti samo onu količinu masti koja se spontano ispupčava iz incizije. Prekomerno odstranjenje masti može imati za rezultat abnormalno uvučen oblik kapka, pa čak i diplopiju (duple slike). Incizija kože za donji kapak učini se 2–3 mm ispod linije trepavica. Na donjim kopcima veoma je važno voditi računa da ne dođe do prekomernog uklanjanja kože, jer se u tom slučaju može pojaviti izvrtanje donjeg kapka (ektropion), što bi dovelo da stalnog suzenja očiju. Prekomerno uklanjanje kože na gornjem kapku može dovesti do nemogućnosti potpunog zatvaranja oka, takozvanog zečjeg oka (lagoftalmusa), što opet ima za posledicu razne bolesti rožnjače, kao i veoma loš estetski rezultat. Nakon operacije, koža se zatvara intradermalnim produženim ili prostim pojedinačnim šavom.

## OPERACIJA JE VAŽNA, ALI I PERIOD POSLE NJE

Visoki procenat uspešnosti blefaroplastike, osim velikog iskustva hirurškog tima i vrlo preciznih i usavršenih hirurških tehnika, zavisi i od dobro organizovane i visokostručne postoperativne nege. Nakon završene intervencije nisu neophodni nikakvi zavoji. Veoma je važno da se što pre nakon intervencije aplikuju hladne vlažne obloge, recimo od kamilice, koje imaju za cilj da spreče razvoj velikih otoka (koji se očekuju) ili da smanje već nastale otoke. Poželjno je prvog dana redovno menjati obloge svaka dva sata. Takođe je bitno da pacijent što više vremena leži ili provodi u polusedećem položaju, čime pospešuje bolje oticanje limfe, a samim tim i manje otoka. Otok je u progresiji do trećeg postoperativnog dana, a od petog dana se očekuje njegovo intenzivno opadanje. Bez obzira na otok, pacijent nakon korekcije kapaka u lokalnoj anesteziji može da napusti bolnicu nekoliko sati posle intervencije, sa preciznim uputstvima o ponašanju. U slučaju da je korekcija rađena u lokalno potenciranoj anesteziji, pacijent provedi u bolnici najmanje tri sata. Konci se mogu prorediti trećeg, a definitivno ukloniti petog do sedmog postoperativnog dana. Petog dana su prisutni laki otoci i sasvim blage modrice koje se mogu korigovati blagom korektivnom šminkom, te se pacijent može vratiti svojim svakodnevnim obavezama. Budući da se rezovi prave u prirodnim borama, ožiljci brzo postaju nevidljivi.

## POSTOPERATIVNE PREPORUKE

Ako hirurg tako preporučiti, šav treba mazati gelom protiv ožiljaka. Ne izlažite se suncu i ne sunčajte se u solarijumima ako još imate modrice i sveže ožiljke (do šest nedelja), jer se mogu pigmentisati. Pigmentaciju modrica nemoguće je otkloniti. Kada izlazite na sunce koristite kremu sa SPF 30 i više. Ako želite da poboljšate stanje kože kapaka (recimo nakon transkonjunktivne korekcije masnih jastučića) probajte tretman antirid kremama ili pulsirajućim CO2 laserom (erbium laser) kod stručnog kozmetičara.

## POSTOPERATIVNE KOMPLIKACIJE

Korekcija opuštenih kapaka je izuzetno bezbedna intervencija. Pri pravilnoj tehnici sprovođenja zahvata postoperativne komplikacije su veoma retke, mnoge se veoma brzo i bezbedno mogu sanirati, a neke od njih, definisane kao velike komplikacije, isključivo zavise od tehničke sposobnosti hirurga i njegovog iskustva, jer dobar rezultat upravo zahteva dobro poznavanje anatomije, iskustvo i filigranski rad operatora. Postoperativne komplikacije mogu se podeliti na rane (koje se javljaju neposredno posle operacije i u periodu zarastanja rana) i na kasne. Rane komplikacije su: krvarenje, bol, infekcija, nekroza kože (izuzetno retko), preterano uklanjanje kože (najčešća greška u toku operacije odnosi se na loše planiranje, preambicioznost, samim tim veliko uklanjanje kože, što dovodi do hiperkorekcije). Kasne komplikacije su: I. manje komplikacije - pigmentacija, hipertrofičan ožiljak II. veće komplikacije - ektropion – izvrtanje ivice donjeg kapka, bilo celog kapka ili samo unutrašnjeg kraja, gde se nalazi suzni otvor, pa dolazi do stalnog suzenja (epifore); blefaroptoza – pad gornjeg kapka (ako se preseče tetiva mišića podizača gornjeg kapka); lagoftalmus – otkriveno oko, kao posledica ambicioznog, preteranog uklanjanja kože sa gornjih kapaka (dovodi do raznih oboljenja rožnjače); asimetrija brazde na gornjem kapku (usled nejednakog uklanjanja kože sa jednog i drugog kapka).

## TRAJANJE REZULTATA

Najčešće pitanje na koje je možda najteže odgovoriti je rok trajanja operativnog zahvata. Rezultat traje sigurno nekoliko godina, u zavisnosti od genetike, stila života i uzrasta pacijenta u kojem je bio sproveden zahvat.



**MEDICONE**<sup>®</sup>  
HOSPITAL

Gospićka 5, Beograd  
011 635 4000, 066/688 38876  
[www.medicone.rs](http://www.medicone.rs)

## PRP: “VAMPIRSKI” I/ILI BOŽANSTVENI TRETMAN

Primena PRP-a - plazme obogaćene trombocitima, relativno je mlada metoda u medicini, ali je imala dinamičan i brz razvoj tako da je našla primenu u mnogim oblastima medicine, posebno u regenerativnoj medicini i estetskoj hirurgiji.

Piše dr sci.med.dr **Boban Đorđević**

PRP (Platelet - Rich Plasma) se definiše kao “autologna krv sa koncentracijom trombocita (krvnih pločica) iznad fiziološkog (normalnog) nivoa, koja sadrži najmanje sedam faktora rasta.” U proporciji ćelija normalne krvi samo šest odsto čine trombociti, ali u PRP-u koncentracija trombocita je i do 94 odsto.

Počevši od 1990. godine do sada, faktori rasta se uspešno koriste u mnogim oblastima medicine. PRP sadrži mnogo biološki aktivnih supstanci i faktora rasta, koji modulišu procese reparacije i regeneracije tkiva. U zavisnosti od načina primene, ovaj metod je minimalno ili potpuno neinvazivan, što obezbeđuje visok nivo udobnosti za pacijente, a ne nosi rizik od alergijske reakcije ili prenosa virusa.

### UPOTREBA U ESTETSKOJ MEDICINI

Korišćenje PRP u estetskoj medicini obuhvata regeneraciju tkiva, indukciju ćelijske diferencijacije, formiranje novog ekstracelularnog matriksa, regrutovanje drugih ćelija na mestu oštećenja i porast i proizvodnju kolagena, što može povećati debljinu kože i poboljšati njen izgled.

Dobijanje PRP-a se vrši na dan intervencije, a zatim ubrizgava pacijentu iglama za mezoterapiju. Proceduru treba ponoviti u prvih godinu dana na svakih 4-6 meseci, a onda, kao terapiju održavanja, jednom godišnje. Dostupne studije pokazuju da PRP ima pozitivan uticaj na obnovu kože i njenu regeneraciju. U jednoj studiji pokazalo se da PRP zbog velikog broja faktora rasta, izaziva proizvodnju kolagena tipa I i podstiče fibroblaste za umnožavanje. Štaviše, on ima uticaj na remodeliranje tkiva stimulišući kolagenazu u cilju otklanjanja ostataka kolagena, a time obezbeđuje optimalne uslove za proizvodnju novog kolagena. Pored samostalne upotrebe PRP se može koristiti za poboljšanje efekata drugih procedura koje usporavaju starenje, kao i nakon intervencija uklanjanje akni i strija.

Upotreba PRP-a kod pacijenata u frakcionoj laserskoj terapiji daje značajno bolje rezultate u odnosu na grupu pacijenata koji su tretirani samo frakcionim laserom.

### PRP I PODMLAĐIVANJE KOŽE

Jedan od najpoznatijih tretmana PRP-jem je „vampirski fejslifting“ (*vampire facelift*), koga je prvi opisao dr Charles Runels, i koji predstavlja minimalno invazivan tretman u estetskoj hirurgiji. On traje oko 20 minuta i nudi poboljšanja u trajanju do 18 meseci. Međutim, efikasnost i bezbednost PRP-a u estetskoj medicini nije analizirana u kontrolisanim kliničkim ispitivanjima, pa zato i dalje ima dosta kontradikcija u vezi sa njenom primenom.



### ALOPECIJA I PRETERANI GUBITAK KOSE

Jedan od najefikasnijih načina stimulacije rasta kose je mezoterapija kože glave PRP-jem. Tretman se može primeniti kod pacijenata kod kojih nema atrofije folikula dlake, jer je u suprotnom jedini modalitet lečenja transplantacija kose. Za pacijente sa alopecijom areatom, androgenom alopecijom ili alopecijom koja je posledica hormonskog dizbalansa, insuficijencije krvotoka ili neadekvatne prehrane, mezoterapija kože glave PRP-jem je više od savršenog rešenja.

Subkutana primena PRP stimuliše regenerativne procese u folikulu dlake, dok faktori rasta imaju uticaj na ciklus rasta dlake. Neki od najvažnijih faktora su faktor rasta vaskularnog endotela (VEGF), epidermalni faktor rasta (EGF), insulinu 1-sličan faktor rasta i faktor rasta fibroblasta (FGF). PRP sadrži čitav niz faktora rasta i iz tog razloga blagotvorno utiče na regulaciju i ponovno uspostavljanje adekvatnog ciklusa rasta kose.

### SMANJENJE I UKLANJANJE OŽILJAKA I STRIJA

Ožiljci od različitih hirurških procedura, traumatski ožiljci i ožiljci od akni, posebno na licu ili otkrivenim delovima tela su jedan od najčešćih razloga za posetu specijalistima dermatologije ili estetske hirurgije. Postoje brojni izveštaji koji potvrđuju pozitivan efekat korišćenja PRP-a u smanjenju ožiljaka i njihovog minimiziranja.

Pored ožiljaka koje uzrokuju fizičke i mentalne nelagodnosti veliki estetski problem su i strije. One se najčešće nalaze na zadnjici, stomaku, butinama i grudima. Strije su rezultat brzog rastezanja kože, koja može biti u vezi sa rastom, promenama težine, trudnoćom ili intenzivnim vežbama koje dovode do naglog rasta mišića. Postoji mnogo metoda koje se koriste da smanje ovu vrstu promena na koži, ali rezultati nisu zadovoljavajući. Jedan od novih, obećavajućih postupaka koji daju dobre rezultate je postupak kombinovanja radio talasa i PRP-a.

### TRETMAN OŽILJAKA OD AKNI

Ožiljci od akni su veoma česti i veoma ih je teško lečiti. Efikasan način za smanjenje ožiljaka od akni je mezoterapija sa PRP-jem. Monoterapija ožiljaka od akni koja koristi PRP donosi dobre rezultate ali najbolji su zabeleženi kada je primenjena u kombinaciji sa frakcionim laserom.