



АБДОМІНОПЛАСТИКА

1. Що таке абдомінопластика?

Абдомінопластика, або підтяжка живота, — це хірургічна операція, спрямована на видалення зайвої шкіри та жирових відкладень з нижньої частини живота, а також на зміцнення м'язів передньої черевної стінки. Це процедура, яка допомагає відновити тонус і форму живота після значної втрати ваги, вагітності або в результаті вікових змін.

2. Що можна виправити абдомінопластикою?

Абдомінопластика дозволяє вирішити такі проблеми:

- **Зайва шкіра:** Видалення надлишкової шкіри, яка втратила еластичність і не піддається корекції фізичними вправами.
- **Жирові відкладення:** Усунення локальних жирових відкладень у нижній частині живота.
- **Розтягнуті м'язи:** Зміцнення і підтяжка м'язів черевної стінки, які могли розтягнутися внаслідок вагітності або значної втрати ваги.
- **Розтяжки:** Видалення розтяжок, які знаходяться на ділянці видаленої шкіри.

3. Як підготуватись до операції?

Для успішної підготовки до абдомінопластики слід виконати наступні рекомендації:

- **Консультація з лікарем:** Під час первинної консультації обговоріть ваші очікування та отримаєте детальну інформацію про процедуру.
- **Медичне обстеження:** Пройдіть необхідні аналізи крові, ЕКГ та інші обстеження за рекомендацією лікаря.
- **Відмова від паління:** За два тижні до операції припиніть палити, оскільки нікотин може впливати на процес загоєння.
- **Регулювання медикаментів:** Повідомте лікаря про всі медикаменти, які ви приймаєте. Можливо, деякі з них потрібно буде припинити або замінити перед операцією.

Секретар-асистент: Юлія

inbox.icprs@gmail.com

+38(050)5515454

www.ignatyev.clinic

- **Планування відновного періоду:** Забезпечте наявність допомоги вдома на кілька днів після операції та підготуйте комфортне місце для відпочинку.

4. Як буде проходити день операції?

Операція може тривати від 2 до 5 годин і включає наступні етапи:

- **Прибуття в клініку:** Прибудьте натще, за 6-8 годин до операції не їжте та не пийте. Перед операцією вам потрібно буде підписати згоду на процедуру та пройти короткий медичний огляд.
- **Підготовка до операції:** Вас переодягнуть у стерильний одяг і підготують до процедури. Абдомінопластику зазвичай проводять під загальним наркозом.
- **Проведення операції:** Хірург зробить розріз у нижній частині живота, зазвичай від стегна до стегна. Після цього видаляється зайва шкіра та жир, а м'язи черевної стінки зміцнюються та підтягуються. Після завершення корекції рана зашивається, і накладається стерильна пов'язка.
- **Відновлення після операції:** Після завершення процедури вас переведуть у палату для відпочинку, де ви перебуватимете під наглядом медичного персоналу до повного виходу з наркозу.
- **Виписка з клініки:** Зазвичай пацієнти залишаються в клініці на 1-2 дні для контролю стану. Після цього вас можуть виписати додому, але потрібно забезпечити наявність супроводжуючого.

5. Реабілітація після абдомінопластики

Реабілітаційний період після абдомінопластики може тривати від кількох тижнів до кількох місяців.

- **Перші дні після операції:** Ви будете відчувати біль та дискомфорт в зоні операції. Вам буде призначено знеболювальні препарати для зменшення болю та антибіотики для запобігання інфекціям.
- **Носіння компресійної білизни:** Після операції вам необхідно буде носити компресійну білизну



АБДОМІНОПЛАСТИКА

протягом 4-8 тижнів. Це допоможе зменшити набряк, підтримати нову форму живота і сприяти загоєнню.

- **Зняття швів:** Шви можуть бути як саморозсмоктувальні, так і ті, що потребують зняття. Лікар поінформує вас, коли це необхідно зробити, зазвичай через 10-14 днів після операції.
- **Обробка швів вдома:**
 1. **Відкриття пов'язки:** Обережно зніміть стару пов'язку. Змийте руки перед процедурою.
 2. **Обробка хлоргексидином:** Протріть зону швів стерильною серветкою, змоченою хлоргексидином.
 3. **Накладення нової пов'язки:** Накладіть нову стерильну пов'язку або пластр для захисту швів.
- **Фізична активність:** Протягом перших 6-8 тижнів слід уникати фізичних навантажень, підняття важких предметів та інших активностей, що можуть вплинути на загоєння. Рекомендується ходьба для підтримання кровообігу.

6. Як спати після абдомінопластики

Правильне положення під час сну є важливим для комфортного відновлення.

- **Перші тижні:** Спати потрібно на спині з піднятою головою та зігнутими в колінах ногами, щоб зменшити натяг на шви. Використовуйте додаткові подушки під головою та під колінами.
- **Після першого місяця:** Як тільки лікар дозволить, ви можете поступово повертатися до звичного положення під час сну, але слід бути обережним.

7. Медикаментозна терапія

Після абдомінопластики можуть бути призначені певні медикаменти:

- **Знеболювальні препарати:** Для контролю болю зазвичай призначають НПЗП, такі як ібупрофен або парацетамол. Приймайте їх за рекомендаціями лікаря.
- **Антибіотики:** Призначаються для профілактики інфекцій. Обов'язково закінчуйте повний курс лікування.

- **Антикоагулянти:** В деяких випадках можуть призначати антикоагулянти для запобігання тромбозу, особливо якщо у вас є схильність до тромбоутворення.

8. Контрольний візит до лікаря

Після абдомінопластики призначаються контрольні візити до лікаря для моніторингу процесу загоєння. Лікар може внести корективи в план відновлення або дати додаткові рекомендації.

9. Підсумок

Абдомінопластика — це серйозна хірургічна процедура, що потребує відповідального підходу до підготовки та реабілітації. Дотримання всіх рекомендацій лікаря є ключовим фактором для досягнення успішних результатів та уникнення можливих ускладнень. Якщо у вас виникають питання або сумніви щодо відновного періоду, обов'язково звертайтеся до свого лікаря.

КОМБІНАЦІЯ ОПЕРАЦІЙ

Абдомінопластику часто можна поєднувати з іншими хірургічними втручаннями для досягнення комплексного результату і максимального задоволення естетичних потреб пацієнта. Такий підхід дозволяє мінімізувати загальний період відновлення і досягти гармонійного вигляду всього тіла. Нижче наведено основні хірургічні втручання, які можуть поєднуватися з абдомінопластикою:

1. Ліпосакція

- **Що це:** Ліпосакція — це процедура видалення надлишкових жирових відкладень з різних зон тіла, таких як живіт, боки, стегна, спина.
- **Комбінація з абдомінопластикою:** Ліпосакція може бути проведена одночасно з абдомінопластикою для додаткового контурингу тіла. Це дозволяє зменшити



жирові відкладення і створити більш виразну лінію талії.

2. Корекція грудей (Мамімейковер)

- **Що це:** Комплексний підхід, який включає підтяжку грудей, збільшення або зменшення об'єму грудей, корекцію сосків.
- **Комбінація з абдомінопластикою:** Мамімейковер часто поєднують з абдомінопластикою після вагітності або значної втрати ваги для відновлення форми живота та грудей одночасно, що дозволяє досягти загального покращення зовнішності.

3. Ліпосакція рук

- **Що це:** Ліпосакція рук спрямована на видалення надлишкових жирових відкладень в області плечей та рук, що дозволяє зробити їх більш підтягнутими.
- **Комбінація з абдомінопластикою:** Одночасна ліпосакція рук та абдомінопластика дозволяє створити загальну гармонію фігури, особливо коли пацієнт бажає досягти стрункого вигляду у верхній частині тіла.

4. Омолодження обличчя

- **Що це:** Омолодження обличчя може включати підтяжку шкіри, корекцію повік, видалення зморшок, корекцію підборіддя та інші процедури для відновлення молодості обличчя.
- **Комбінація з абдомінопластикою:** Для пацієнтів, які бажають повного перетворення, омолодження обличчя може бути проведене одночасно з абдомінопластикою, щоб досягти комплексного оновлення зовнішності.

Важливість консультації з хірургом

Можливість комбінації абдомінопластики з іншими хірургічними втручаннями вирішується

Секретар-асистент: Юлія

inbox.icprs@gmail.com

індивідуально на консультації з хірургом. Хірург оцінює загальний стан здоров'я пацієнта, враховує бажання пацієнта та розглядає можливі ризики. Важливо, щоб рішення про комбіноване хірургічне втручання було прийнято з урахуванням безпеки пацієнта і реалістичних очікувань щодо результату.

ТИПИ АБДОМІНОПЛАСТИКИ

Абдомінопластика — це пластична операція, яка може мати кілька варіантів залежно від обсягу втручання та індивідуальних потреб пацієнта. Нижче описані основні типи абдомінопластики та ключові етапи кожної процедури.

1. Мініабдомінопластика

Мініабдомінопластика — це менш інвазивний варіант традиційної абдомінопластики, призначений для пацієнтів з незначним надлишком шкіри та жирових відкладень у нижній частині живота.

- **Показання:** Невеликий надлишок шкіри та жиру в області нижче пупка, відсутність значного діастазу м'язів живота.
- **Етапи операції:**
 1. **Розріз:** Робиться невеликий горизонтальний розріз в зоні бікіні.
 2. **Видалення жиру та шкіри:** Видаляється невелика кількість надлишкової шкіри та жирових відкладень.
 3. **Корекція м'язів:** При необхідності проводиться мінімальна корекція м'язів живота.
 4. **Зшивання:** Рана закривається швами, після чого накладається стерильна пов'язка.
- **Час відновлення:** Зазвичай коротший, ніж при традиційній абдомінопластичі, приблизно 2-3 тижні.

2. Класична абдомінопластика

Класична абдомінопластика — стандартна процедура, яка охоплює більшу ділянку живота і

+38(050)5515454

www.ignatyev.clinic



АБДОМІНОПЛАСТИКА

включає видалення значного обсягу шкіри та жиру.

- **Показання:** Надлишок шкіри та жиру в середній та нижній частинах живота, діастаз м'язів, розтяжки.
- **Етапи операції:**
 1. **Розріз:** Робиться горизонтальний розріз від стегна до стегна в зоні бікіні. Додатковий розріз може бути зроблений навколо пупка для його переміщення.
 2. **Підтягування шкіри:** Шкіра відділяється від м'язів до рівня реберної дуги.
 3. **Корекція м'язів:** Ушивання діастазу прямих м'язів живота для зміцнення черевної стінки.
 4. **Видалення надлишкової шкіри та жиру:** Видаляється зайва шкіра та жирові відкладення.
 5. **Переміщення пупка:** Пупок переміщується в нове анатомічне положення.
 6. **Зшивання:** Шви накладаються на розрізи, і накладається компресійна пов'язка.
- **Час відновлення:** Повне відновлення займає 4-6 тижнів.

3. Абдомінопластика високої складності

Абдомінопластика високої складності — це процедура, яка включає додаткові етапи, такі як ушивання діастазу, видалення великих обсягів шкіри та жиру, а також корекція пупкової грижі.

- **Показання:** Значний діастаз м'язів, пупкова грижа, великий надлишок шкіри після значної втрати ваги або багатоплідної вагітності.
- **Етапи операції:**
 1. **Розріз:** Широкий горизонтальний розріз у зоні бікіні, можливий додатковий вертикальний розріз.
 2. **Підтягування шкіри:** Повне відділення шкіри від підлеглих

тканин для максимального коригування.

3. **Ушивання діастазу прямих м'язів живота:** М'язи черевної стінки підтягуються та зшиваються для зміцнення і створення плоского живота.
 4. **Ушивання пупкової грижі:** Якщо є пупкова грижа, вона хірургічно видаляється або ушивається.
 5. **Видалення надлишкової шкіри та жиру:** Видаляється великий обсяг тканин, щоб забезпечити гладкий і підтягнутий вигляд живота.
 6. **Переміщення пупка:** Пупок переміщується та фіксується в новому положенні.
 7. **Зшивання:** Рана закривається швами, накладається компресійна пов'язка для підтримки та зменшення набряків.
- **Час відновлення:** Може займати від 6 до 8 тижнів, залежно від обсягу втручання.

4. Ушивання діастазу прямих м'язів живота

Ушивання діастазу прямих м'язів живота — це процедура, яка виконується як частина абдомінопластики або самостійно, спрямована на зменшення відстані між правою і лівою частинами прямих м'язів живота.

- **Показання:** Розходження прямих м'язів живота, що часто виникає після вагітності або значної втрати ваги.
- **Етапи операції:**
 1. **Доступ до м'язів:** Шкіра відділяється від черевної стінки, щоб забезпечити доступ до м'язів.
 2. **Корекція діастазу:** М'язи підтягуються один до одного та зшиваються у середній лінії.
 3. **Зшивання:** Шви накладаються на черевну стінку для підтримки м'язів у правильному положенні.
- **Час відновлення:** 4-6 тижнів, залежно від обсягу втручання.



5. Ушивання пупкової грижі

Ушивання пупкової грижі — це хірургічне втручання для корекції грижі, яка виникає в області пупка.

- **Показання:** Випинання або болючість у зоні пупка, що свідчить про наявність грижі.
- **Етапи операції:**
 1. **Доступ до грижі:** Робиться розріз в області пупка для доступу до грижі.
 2. **Корекція грижі:** Випнута частина органів або тканин повертається на місце, після чого ушивається отвір у черевній стінці.
 3. **Фіксація пупка:** Пупок фіксується у правильному положенні.
 4. **Зшивання:** Рана закривається швами.
- **Час відновлення:** 4-6 тижнів, залежно від стану пацієнта та обсягу операції.

Підсумок

Кожен тип абдомінопластики виконується залежно від потреб пацієнта і передбачає індивідуальний підхід хірурга. Важливо розуміти, що чим складніша операція, тим більш комплексний підхід потрібен як під час хірургічного втручання, так і в період відновлення.

Авторська методика ушивання діастазу та пупкової грижі через маленький розріз всередині пупка

Ця авторська методика призначена для пацієнтів, які бажають мінімізувати видимі рубці після операції та отримати максимально естетичний результат. Основна ідея полягає у виконанні ушивання діастазу прямих м'язів живота та корекції пупкової грижі через маленький розріз всередині пупка. Це дозволяє зберегти природний вигляд живота без видимих слідів хірургічного втручання.

1. Показання для операції

- **Діастаз прямих м'язів живота:** Розходження м'язів черевної стінки, що часто виникає після вагітності або значної втрати ваги.
- **Пупкова грижа:** Випинання в області пупка, що свідчить про наявність грижі.

2. Переваги методики

- **Мінімізація видимих рубців:** Операція виконується через невеликий розріз всередині пупка, що дозволяє приховати сліди втручання.
- **Швидше відновлення:** Менший розріз сприяє швидшому загоєнню та меншому дискомфорту після операції.
- **Максимально природний вигляд живота:** Післяопераційні рубці практично невидимі, що особливо важливо для пацієнтів, які дбають про естетику.

3. Етапи операції

1. **Розріз у зоні пупка:** Робиться маленький розріз всередині пупка, через який хірург отримує доступ до черевної стінки.
2. **Ушивання діастазу:** Через розріз всередині пупка проводиться підтягування та зшивання розділених м'язів черевної стінки.
3. **Корекція пупкової грижі:** Якщо є грижа, хірург виконує її ушивання через той самий розріз, що дозволяє мінімізувати додаткове травмування тканин.
4. **Закриття розрізу:** Розріз всередині пупка закривається розсмоктувальними швами, які не потребують зняття. Післяопераційна зона накривається стерильною пов'язкою.

4. Відновлення після операції

- **Комфортне відновлення:** Через невеликий розмір розрізу пацієнти зазвичай відчувають менший дискомфорт і швидше повертаються до звичного способу життя.
- **Пов'язка:** Після операції накладається стерильна пов'язка, яку потрібно носити протягом кількох днів.



АБДОМІНОПЛАСТИКА

- **Фізична активність:** Протягом першого місяця слід уникати значних фізичних навантажень, але легка активність, як-от ходьба, може бути корисною для запобігання ускладнень.

5. Результати та прогнози

Завдяки авторській методиці, пацієнти можуть очікувати отримати відмінний естетичний результат з мінімальними видимими слідами операції. Рубці приховані всередині пупка, що робить цю методику особливо привабливою для тих, хто дбає про зовнішній вигляд.

Ця методика підходить для пацієнтів з помірним діастазом та невеликою пупковою грижею, і забезпечує високий рівень задоволеності післяопераційним результатом.

УСКЛАДНЕННЯ ПІСЛЯ АБДОМІНОПЛАСТИКИ: ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ ПАЦІЄНТА

Під час проведення будь-якої хірургічної операції, включно з абдомінопластикою, існує певний ризик ускладнень. Хоча ці ускладнення зустрічаються дуже рідко, наша клініка дотримується принципів прозорої роботи і вважає важливим надавати пацієнтам повну інформацію про всі можливі ризики, які описані в медичній літературі. Проте найголовніше — це ваша довіра до хірурга та позитивне налаштування на досягнення бажаного результату. Ми впевнені, що з правильним підходом і дотриманням рекомендацій ваш післяопераційний період пройде успішно, і ви зможете насолоджуватися отриманим результатом.

1. Гематома

- **Причина:** Гематома може виникнути через індивідуальні анатомічні особливості кровоносних судин, які під час операції

можуть бути більш схильними до пошкодження.

- **Частота виникнення:** Від 1% до 5% випадків.
- **Симптоми для самодіагностики:** Збільшення набряку, біль, зміна кольору шкіри (синюватий або темно-червоний відтінок).
- **План дій:** Хірург може провести дренування гематоми або, у рідкісних випадках, повторну операцію для видалення крові.
- **Фінансова компенсація:** Пацієнт покриває тільки вартість розхідних матеріалів відповідно до прайсу клініки. Робота хірурга виконується безоплатно в рамках програми підтримки пацієнтів у раньому післяопераційному періоді.

2. Серома

- **Причина:** Індивідуальні анатомічні особливості тканин можуть сприяти накопиченню серозної рідини під шкірою.
- **Частота виникнення:** Від 5% до 10% випадків.
- **Симптоми для самодіагностики:** Наявність відчуття напруження або "випинання" в зоні операції, можливе коливання рідини під шкірою.
- **План дій:** Проведення пункції для аспірації сероми або встановлення дренажу.
- **Фінансова компенсація:** Пацієнт оплачує тільки вартість розхідних матеріалів, робота хірурга безкоштовна в межах програми підтримки у раньому післяопераційному періоді.

3. Інфекція

- **Причина:** Індивідуальні особливості імунної системи та мікробіома шкіри можуть сприяти розвитку інфекцій.
- **Частота виникнення:** Від 1% до 3% випадків.
- **Симптоми для самодіагностики:** Почервоніння, підвищення температури, біль, виділення з рани.



- **План дій:** Призначення антибіотиків, місцеве лікування рани, у важких випадках — хірургічна ревізія.
- **Фінансова компенсація:** Вартість розхідних матеріалів покривається пацієнтом, робота хірурга — безкоштовно у ранньому післяопераційному періоді.

4. Некроз тканин

- **Причина:** Через індивідуальні анатомічні особливості кровопостачання шкіри, у деяких пацієнтів може виникати недостатність кровообігу, що призводить до некрозу тканин.
- **Частота виникнення:** Менше 1% випадків.
- **Симптоми для самодіагностики:** Почорніння шкіри, відсутність чутливості в ураженій зоні.
- **План дій:** Видалення некротичних тканин, можлива додаткова пластична корекція.
- **Фінансова компенсація:** Пацієнт оплачує лише розхідні матеріали, всі хірургічні втручання безкоштовні в межах програми підтримки у ранньому післяопераційному періоді.

5. Рубцювання

- **Причина:** Схильність до гіпертрофічного рубцювання або утворення келоїдів є індивідуальною особливістю шкіри.
- **Частота виникнення:** Від 2% до 5% випадків.
- **Симптоми для самодіагностики:** Підняті, товсті рубці, які можуть бути болючими або сверблячими.
- **План дій:** Лікування включає ін'єкції стероїдів, лазерну терапію або хірургічне видалення рубців.
- **Фінансова компенсація:** Пацієнт покриває повну вартість всіх процедур, що направлені на покращення вигляду шраму.

6. Тромбоемболія

- **Причина:** Індивідуальна схильність до тромбоутворення або порушення

кровообігу. Вживання оральних контрацептивів.

- **Частота виникнення:** Менше 1% випадків.
- **Симптоми для самодіагностики:** Біль і набряк в ногах, утруднення дихання, раптова задишка.
- **План дій:** Призначення антикоагулянтів, використання компресійних панчох, у важких випадках — госпіталізація.
- **Фінансова компенсація:** Пацієнт оплачує вартість медичної допомоги при виникненні ускладнення відповідно до прайсу.

7. Асиметрія

- **Причина:** Індивідуальні анатомічні особливості м'язів та тканин можуть призвести до асиметрії після загоєння.
- **Частота виникнення:** Від 1% до 3% випадків.
- **Симптоми для самодіагностики:** Візуально помітна різниця у формі або розмірах зони операції.
- **План дій:** Корекція асиметрії шляхом додаткового втручання — висічення або ліпоаспірація тканин.
- **Фінансова компенсація:** Пацієнт покриває тільки вартість розхідних матеріалів, робота хірурга виконується безоплатно впродовж 1 року від операції.

8. Зміна чутливості

- **Причина:** Індивідуальні особливості нервових закінчень в зоні операції можуть призвести до зміни чутливості.
- **Частота виникнення:** Від 5% до 10% випадків.
- **Симптоми для самодіагностики:** Оніміння, поколювання або підвищена чутливість в зоні операції.
- **План дій:** Зазвичай симптоми зникають протягом кількох місяців, в рідкісних випадках може знадобитися консультація невролога.

Підсумок



Усі ускладнення можуть виникнути через індивідуальні анатомічні особливості організму пацієнта, і кожен випадок буде ретельно розглянутий хірургом. У клініці діє програма підтримки пацієнтів, яка включає безоплатну роботу хірурга для корекції ускладнень, а пацієнт покриває лише вартість необхідних розхідних матеріалів відповідно до прайсу клініки.

Ваша безпека та впевненість – наша головна турбота. У нашій клініці ви можете бути спокійні, адже ми оснастили її найсучаснішим обладнанням та строго дотримуємося стандартів стерильності. Але навіть якщо раптом виникнуть несподівані труднощі, пам'ятайте, що ваш пластичний хірург – досвідчений фахівець, якому можна довіряти. Для вас завжди знайдуть рішення та нададуть допомогу на кожному етапі вашого шляху до бажаного результату. Разом ми справимося з усіма викликами, щоб ваші мрії стали реальністю без страху та сумнівів.