



**Ευάγγελος Κεραμίδης**  
Πλαστικός Χειρουργός  
MD, EBOPRAS



## ΑΥΞΗΤΙΚΗ ΣΤΗΘΟΥΣ

### Η καινοτόμος και νέα τεχνική Non Touch No Pain στην Αυξητική του στήθους έχει ελληνική υπογραφή

Αποκτήστε πληθωρικό μούστο με ελάχιστο πόνο και χρόνο ανάρρωσης. Η νέα τεχνική αυξητικής μαστού που εφαρμόζεται διεθνώς έχει την υπογραφή του Έλληνα πλαστικού χειρουργού Ευάγγελου Κεραμίδα.

Μάλιστα, η νέα τεχνική Non touch-No pain, κατάφερε να αντισταθμίσει τα μειονεκτήματα της κλασικής επέμβασης αυξητικής μαστού: Ο χρόνος ανάρρωσης είναι γρήγορος, ο πόνος ελάχιστος, ενώ οι επιπλοκές ακόμα πιο σπάνιες.

### Τα νέα δεδομένα στην αυξητική μαστού

Η μέθοδος Non touch-No pain προσφέρει αυξητική μαστού με ταχύτερο χρόνο ανάρρωσης και λιγότερο πόνο. Σφικτοί κορσέδες, ναρκωτικά αναλγητικά, σωληνάκια και ειδικά σουτιέν καταργούνται. Ξεχάστε, επίσης, τους μώλωπες και την εικόνα ενός στήθους που θυμίζει ξυλοδαρμό.

### Παγκόσμια Αποδοχή

Ο πρόεδρος της Αμερικάνικης εταιρείας Αισθητικής Χειρουργικής και πρόεδρος της Διεθνούς κοινότητας της Αισθητικής Πλαστικής Χειρουργικής, καθηγητής του Emory Πανεπιστημίου στις Η.Π.Α. Foad Nahai, συνεχάρη με επιστολή του τον κ. Κεραμίδα (<http://www.keramidasevangelos.gr>), για την πραγματικά πρωτοπόρα τεχνική του και τον προσκάλεσε να την δημοσιεύσει στο επίσημο περιοδικό της Αμερικάνικης εταιρείας Αισθητικής

Χειρουργικής Aesthetic Surgery Journal, ένα από τα πιο έγκυρα παγκοσμίου εμβέλειας περιοδικά.

### Η φιλοσοφία της Non touch-No pain

Τρία είναι τα σημεία που την ξεχωρίζουν σε σχέση με άλλες τεχνικές:

#### 1. Η «πρόβα» του νέου στήθους.

Στην συνάντηση που θα έχετε με τον πλαστικό χειρουργό δεν θα επιλέξετε απλά τα ενθέματα που θα τοποθετηθούν στο μαστό σας, θα τα... προβάρετε, αφού πρώτα ο γιατρός κάνει ορισμένες σημαντικές μετρήσεις στο στήθος σας (διάμετρος θηλής, μαστού, πάχος στον άνω πόλο κ.λπ). Σε αυτή την τεχνική ο πλαστικός χειρουργός δίνει βάρος στον προσεκτικό σχεδιασμό για το είδος, το σχήμα (π.χ. στρογγυλό, ανατομικό) και τον όγκο του ενθέματος που θα χρησιμοποιήσει. Με βάση αυτές τις ρυθμίσεις και τη δική σας επιθυμία επιλέγονται τα ενθέματα σιλικόνης και καθορίζεται ο τρόπος που αυτά θα τοποθετηθούν στο μαστό. Για παράδειγμα, αν ο άνω πόλος είναι αδύνατος το ένθεμα πρέπει να τοποθετηθεί κάτω από το μυ για να μην είναι ορατό. Στην συνέχεια θα δοκιμάσετε τα ενθέματα μέσα από ένα αθλητικό σουτιέν, ώστε να δείτε πώς περίπου θα είναι το στήθος σας μετά το χειρουργείο.

#### 2. Η αυξητική μαστού

Η φιλοσοφία της τεχνικής Non touch-No pain βασίζεται στο δεδομένο πως όσο λιγότερο τραυματίζουμε τους ιστούς κατά τη διάρκεια του χειρουργείου τόσο λιγότερη αιμορραγία έχουμε. Αυτό είναι και το απλό μυστικό της μεθόδου που οδηγεί σε καλύτερη

και ταχύτερη ανάρρωση. Ο πλαστικός χειρουργός χρησιμοποιεί ειδικά σχεδιασμένα εργαλεία για να προετοιμάσει τη θήκη όπου θα μπει το ένθεμα της σιλικόνης στον μαστό τελείως ατραυματικά. Ελάχιστο χειρουργικό τραύμα σημαίνει πολύ μικρός πόνος μετά την επέμβαση και περιορισμός των εκκυμώσεων (μελανιές) σε σημαντικό βαθμό. Σε αυτή τη νέα τεχνική αυξητικής μαστού, ο πλαστικός χειρουργός αποφεύγει εντελώς τη χρήση των δακτύλων του για την παρασκευή της θήκης. Τα χέρια του μπορεί να προκαλέσουν μεγάλη κάκωση ή αιμορραγία στους ιστούς με επακόλουθο τον έντονο πόνο ή την αργή ανάρρωση μετεγχειρητικά. Τα έξυπνα εργαλεία, λοιπόν, βοηθούν ώστε να μην χάνεται σχεδόν καθόλου αίμα κατά τη διάρκεια του χειρουργείου και να ελαχιστοποιείται η οποιαδήποτε κάκωση στους ιστούς.

#### 3. Η ανάρρωση

Χάρη στην ατραυματική τεχνική αυξητικής στήθους δεν υπάρχουν παρετεύσεις (σωληνάκια) στον μαστό ούτε κορσέδες στην περιοχή, ούτε περιορισμοί στις κινήσεις των χεριών. Επίσης, μπορείτε να σηκώσετε τα χέρια σας ψηλά αμέσως μετά την επέμβαση. Όλα αυτά, σε συνδυασμό με την άψογη αναισθησιολογική κάλυψη, οδηγούν στην ελαχιστοποίηση κάθε αισθήματος ναυτίας ή εμετού μετά το χειρουργείο.

Η ακρίβεια στις χειρουργικές κινήσεις και η έλλειψη τραυματισμού στους ιστούς έχει σαν αποτέλεσμα να μπορείτε να επιστρέψετε στο σπίτι σας με ασφάλεια 6 ώρες μετά το χειρουργείο. Την ίδια μέρα μπορείτε να βγείτε για φαγητό, ενώ μπορείτε να οδηγήσετε σε 2-3 ημέρες.

## ΑΛΛΕΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΕΣ ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ ΤΗΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ

Η τεχνική Non touch-No pain παρουσιάστηκε πρώτη φορά τον Σεπτέμβριο του 2012 στο Διεθνές Συνέδριο Αισθητικής Χειρουργικής που έγινε στη Γενεύη υπό την αιγίδα της Διεθνούς Εταιρείας Αισθητικής Πλαστικής Χειρουργικής (ISAPS). Η παρουσίαση έγινε σε βίντεο διάρκειας 13', όπου και περιγραφόταν βήμα βήμα η νέα τεχνική.

Μάλιστα η ανακοίνωσή της από τον πλαστικό χειρουργό Ευάγγελο Κεραμίδα συνδυαστικά με τη Μυοδιαχωριστική Τεχνική Διπλού Επιπέδου (Dual Plane), έλαβε το 3ο βραβείο ανάμεσα σε 500 εργασίες στο 14ο Διεθνές Συνέδριο Πλαστικής Χειρουργικής στο Βερολίνο. (<http://www.keramidasevangelos.gr>)

Τηλ: 210 6810490, 210 6810616 • [www.keramidasevangelos.gr](http://www.keramidasevangelos.gr)