

# ΜΑΘΕ ΓΙΑ ΤΗ ΝΕΑ ΤΕΧΝΙΚΗ ΠΟΥ ΣΟΥ ΧΑΡΙΖΕΙ ΕΠΙΠΕΔΗ ΚΟΙΛΙΑ

# H

ΝΕΑ NON TOUCH NON PAIN ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΖΕΤΑΙ ΤΩΡΑ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΚΟΙΛΙΟΠΛΑΣΤΙΚΗ. ΜΕ ΤΑΧΥΤΕΡΗ ΑΝΑΡΡΩΣΗ ΚΑΙ ΛΙΓΟΤΕΡΟ ΠΟΝΟ, ΣΕ ΦΕΡΝΕΙ ΕΝΑ ΒΗΜΑ ΠΙΟ ΚΟΝΤΑ ΣΤΗΝ ΚΟΙΛΙΑ ΤΩΝ ΟΝΕΙΡΩΝ ΣΟΥ.



**H** non touch non pain τεχνική στο στήθος εφαρμόστηκε για πρώτη φορά από τον πλαστικό χειρουργό Ευ-άγγελο Κεραμίδα το 2004. Όλα αυτά τα χρόνια παρουσιάστηκε σε πολλά διεθνή, παγκόσμια και ελληνικά συνέδρια. Ήταν, λοιπόν, θέμα χρόνου αυτή η τεχνική να επεκταθεί και σε άλλα σημεία του σώματος. Αυτή τη φορά αφορά την κοιλιοπλαστική.

## Τι Είναι η Non Touch Non Pain

Πρόκειται για αναίμακτη τεχνική κοιλιοπλαστικής, με ελαχιστοποίηση του χειρουργικού τραύματος και σχεδόν εξαφάνιση του πόνου μετά το χειρουργείο.

## Πώς Γίνεται

Με ένα ειδικό εργαλείο για τη χειρουργική παρασκευή. Αυτό ελαχιστοποιεί τον τραυματισμό των ιστών, δε δημιουργεί καθόλου

αιμορραγία, δε γίνεται πια μετάγγιση αίματος, καταργούνται οι παροχετεύσεις (σωληνάκια κ.ά.) και έτσι ο ασθενής μπορεί άμεσα να κινηθεί. Επίσης, διατηρούνται τα λεμφαγγεία αριστερά και δεξιά του κοιλιακού τοιχώματος για περιορισμό του υγρώματος (συγκέντρωση υγρού). Διατηρούνται τα νεύρα και τα αγγεία στα πλάγια του κοιλιακού τοιχώματος για περιορισμό του πόνου και πιο καλή αιμάτωση του δέρματος. Γίνονται εσωτερικά ράμματα που διορθώνουν τη χαλάρωση-διάταση των ορθών κοιλιακών μυών.

## Ποια Είναι τα Προτερήματα;

1. Μπορείς με ασφάλεια να πας στο σπίτι σου την ίδια κιόλας μέρα!
2. Δεν υπάρχουν παροχετεύσεις. Καταργούνται τα σωληνάκια.
3. Ο πόνος είναι ελάχιστος και μπορείς να κινηθείς μέσα σε 6 ώρες μετά το χειρουργείο.
4. Ελαχιστοποιούνται οι επιπλοκές όπως η εν τω βάθει θρόμβωση και πνευμονική εμβολή, το υγρώμα, η νέκρωση του δέρματος.
5. Η κοιλιοπλαστική μπορεί να συνδυαστεί με πολλά χειρουργεία όπως αυξητική στήθους, λιποαναρρόφηση, facelift, ανόρθωση στήθους κ.ά. με πλήρη ασφάλεια. Ο συνδυασμός αυτών των χειρουργειών στις μπότες καλείται mommy makeover.

## Ανάρρωση: Άμεση και Εντυπωσιακή

Λόγω του ότι πονάς ελάχιστα και επειδή δεν έχει παροχετεύσεις, κινητοποιείται πολύ γρήγορα: μπορείς να επιστρέψεις στο σπίτι σου μετά το χειρουργείο εντός 4-6 ωρών, την επόμενη μέρα να κάνεις μπάνιο και να βγεις για καφέ. Όλα αυτά πριν από χρόνια ήταν αδιανόητα. Επίσης, λόγω της άμεσης κινητικοποίησης, ελαχιστοποιούνται και προβλήματα όπως, π.χ., η πνευμονική εμβολή.

## Τι Χρειάζεται να Ξέρεις

**Θα φορέσεις κορσέ για 2-4 εβδομάδες.** Χρειάζεται προσοχή για τις 2 πρώτες εβδομάδες. Το γυμναστήριο μπορείς να ξεκινήσεις μετά από 4 εβδομάδες. Στην εργασία σου, ανάλογα με το τι επαγγέλλεις, μπορείς να επιστρέψεις από 5 ημέρες έως και 2 εβδομάδες. Ωστόσο, να θυμάσαι ότι μπορείς να επανέλθεις στις καθημερινές σου δραστηριότητες σχεδόν άμεσα.