

NO TOUCH-NO PAIN-NO DRAIN

Η ΑΝΩΔΥΝΗ ΤΕΧΝΙΚΗ

## για επίπεδη κοιλιά

*Όπως παρουσιάστηκε στο 22ο Παγκόσμιο Συνέδριο Αισθητικής Χειρουργικής στο Ρίο ντε Τζανέιρο το Σεπτέμβριο του 2014.*



Όσο πλησιάζει το καλοκαίρι, η επιθυμία σας να αποκτήσετε πιο νεανική εμφάνιση δίνοντας στην κοιλιά σας ιδανικό σχήμα γίνεται πιο επιτακτική. Όμως όλα όσα έχετε ακούσει για την κοιλιοπλαστική ίσως να σας έχουν τρομάξει: «Να ξέρεις, πονάει πολύ, θα έχει σωληνάκια για πολλές μέρες και μπορεί να χρειαστείς μετάγγιση». Αυτό το σενάριο όμως ανήκει πλέον στο παρελθόν, χάρη στη νέα μέθοδο No Touch-No Pain-No Drain.

### Οι στόχοι της κοιλιοπλαστικής

Το ιδανικό θα ήταν το αποτέλεσμα της να αγγίζει τα υψηλά αισθητικά στάνταρ των αρχαιοελληνικών αγαλμάτων! Ειδικότερα πρέπει: 1) η κοιλιά να είναι επίπεδη, 2) να γίνουν εμφανείς οι μύες της κοιλιάς, 3) να είναι εμφανής η γραμμή στα πλάγια κοιλιακά τοιχώματα, 4) η μέση να είναι λεπτή, 5) ο ομφαλός να έχει φυσιολογικό σχήμα και κατάλληλη θέση, 6) η τομή να κρύβεται στο εσώρουχο και 7) το δέρμα πάνω και κάτω από τον ομφαλό να είναι σφικτό. Τους παραπάνω στόχους επιτυγχάνει ανώδυνα η τεχνική No Touch (γιατί δεν αγγίζουμε, αλλά όλα γίνονται με ειδικά εργαλεία), No Pain (γιατί δεν κόβουμε τα νεύρα) και No Drain (γιατί δεν βάζουμε σωληνάκια).

### Τα μυστικά της νέας τεχνικής

**Αποφυγή πόνου:** Δεν κόβουμε και δεν τραυματίζουμε τα νεύρα.

**Γρηγορότερη ανάρρωση:** Άμεση κινητοποίηση και επάνοδος στις καθημερινές δραστηριότητες με ελάχιστη παραμονή στο νοσοκομείο.

**Έμφαση στο ανατομικό περίγραμμα της κοιλιάς:** Στόχος μας είναι μια κοιλιά με όλα τα παραπάνω ανατομικά χαρακτηριστικά.

**Διακριτική τοποθέτηση τομών:** Η τομή στην κοιλιοπλαστική πρέπει να γίνεται πολύ χαμηλά, στην ηβική χώρα, ώστε να κρύβεται άνετα από το εσώρουχο ή το μαγιό.

**Λεπτή μέση:** Επιτυγχάνεται με συνδυασμό 3 τεχνικών: 1) λιποαναρρόφηση στην περιοχή της οσφύος (love handles), 2) προώθηση του κοιλιακού δέρματος προς τα έσω και κάτω και 3) προώθηση και συρραφή της περιτονίας του έξω λοξού μυός της κοιλιάς προς τα έσω. Έτσι η διάμετρός της ελαττώνεται έως και κατά 25 εκατοστά.

**Διόρθωση του εφηνβαίου:** Πέρα από την προσεκτική ανόρθωσή του, μπορεί να χρειαστεί λιπογλυπτική και εφαρμογή ειδικής τεχνικής.

**Διόρθωση του χαλαρού δέρματος και πάνω από τον ομφαλό:** Χρειάζεται ειδική παρασκευή των κρημνών καθώς και λιποαναρρόφηση στη θέση των πλευρών.

**Σύσφιξη των ορθών κοιλιακών:** Στη διάρκεια της κοιλιοπλαστικής πρέπει να διορθώσουμε τους ορθούς κοιλιακούς με εσωτερικά ράμματα. Σπάνια, όταν η διάστασή τους ξεπερνά τα 15 εκ., μπορεί να χρησιμοποιηθεί πλέγμα.

**Ομφαλοπλαστική:** Ο ομφαλός μπορεί να πάρει διάφορα δύσμορφα σχήματα και να χρειαστεί διόρθωση με προσεκτική ομφαλοπλαστική.

**Αποφυγή υγρώματος:** Πλέον έχουμε καταργήσει τη χρήση παροχετεύσεων (σωληνάκια). Για να περιορίσουμε τη συλλογή υγρού, που αποτελεί το 10% των επιπλοκών, πρώτον δεν καταστρέφουμε τα λεμφαγγεία (που βοηθούν στην παροχέτευση των υγρών). Δεύτερον βάζουμε ειδικά ράμματα που μειώνουν δραστικά τον κενό χώρο όπου μπορεί να αναπτυχθεί το υγρώμα.

**Το αποτέλεσμα;** Απόλυτα ικανοποιημένοι ασθενείς και με το αποτέλεσμα αλλά και με την ανάρρωσή τους.



**ΒΙΛΛΥ ΡΟΔΟΠΟΥΛΟΥ,**  
MD,

πλαστικός χειρουργός,  
διπλωματούχος Πλαστικής,  
Επανορθωτικής και Αισθητικής  
Χειρουργικής (EBORPAS), μέλος  
του ISAPS (International Society  
of Aesthetic Plastic Surgery),  
του ASPS (American Society  
of Plastic Surgeons) και του  
Βρετανικού Registry για την  
Πλαστική Χειρουργική,  
[www.rodopoulou.gr](http://www.rodopoulou.gr),  
[www.kosmesis.gr](http://www.kosmesis.gr)

άντρες, που διστάζουν να ξεκινήσουν τη θεραπεία εξαιτίας των επαναληπτικών εφαρμογών που αυτή απαιτεί. Άραγε 10' στο ιατρείο θα αρκούν ώστε να εξαφανίσουν τις ρυτίδες για ένα τόσο μεγάλο διάστημα; Ή μέχρι τότε η κρέμα με την ίδια δραστική ουσία που αναμένεται θα έχει αποδειχθεί τόσο αποτελεσματική συμβάλλοντας στη διατήρηση της αψεγάδιαστης όψης για περισσότερο καιρό; Το ELLE αναλύει τη μελέτη που έγινε σχετικά με το νέο μπότοξ και ρωτά τους ειδικούς.

## ΤΙ ΕΔΕΙΞΕ Η ΜΕΛΕΤΗ

Στην αγορά κυκλοφορούν το Βοτοχ της εταιρείας Allergan και το Dysport της Ipsen. Ωστόσο ο καθιερωμένος όρος «μπότοξ» αναφέρεται στην ενέσιμη θεραπεία με βοτουλινική τοξίνη. Σε τι διαφέρει το καινούριο είδος που περιμένουμε από τα προγενέστερα; Μελέτη που έγινε ήδη σε 48 ανθρώπους από την εταιρεία Revance Therapeutics Inc έδειξε ότι στην ενέσιμη μορφή του το νέο μπότοξ τύπου A (RTOO2) κατάφερε να μειώσει τις ρυτίδες στο μεσόφρυο σχεδόν σε όλους τους εθελοντές.

Το πιο σημαντικό; Τα αποτελέσματα είχαν περίπου τη διπλάσια διάρκεια σε σχέση με εκείνα που πρόσφεραν τα άλλα δύο ανταγωνιστικά προϊόντα που διατίθενται ήδη στα ιατρεία.

Ειδικότερα, όλοι οι συμμετέχοντες στην έρευνα εμφάνιζαν ρυτίδες μεσαίου έως μεγάλου βάθους. Ένα μήνα μετά την ενέσιμη θεραπεία με βοτουλινική τοξίνη στην πλειονότητα των περιπτώσεων (96%) οι ρυτίδες είτε είχαν εξαφανιστεί εντελώς είτε ήταν μόνο επιφανειακές.

Η μελέτη πραγματοποιήθηκε ως εξής:

Οι εθελοντές χωρίστηκαν σε τέσσερις ομάδες. Σε καθεμία από αυτές χρησιμοποιήθηκε διαφορετική δόση της τοξίνης για έγχυση στο πρόσωπο. Στην τέταρτη ομάδα η δοσολογία ήταν μεγαλύτερη και άγγιζε σχεδόν το διπλάσιο της καθορισμένης με βάση τα ισχύοντα ιατρικά πρωτόκολλα. Στο τέλος της μελέτης -αφού οι ερευνητές μέτρησαν με μια συγκεκριμένη κλίμακα το βάθος των ρυτίδων- διαπιστώθηκε πως η διάρκεια του RTOO2 άγγιζε κατά μέσο όρο τους επτά μήνες. Μάλιστα, λίγο νωρίτερα, στο εξάμηνο δηλαδή, σε 6 από τους 10 συμμετέχοντες παρατηρήθηκε άψογη συντήρηση του αποτελέσματος. Επιπλέον φάνηκε ότι η διαδικασία είναι ασφαλής, αφού το υλικό δεν επιδρά σε γειτονικές περιοχές. Τέλος δεν παρατηρήθηκαν περισσότερες επιπλοκές σε περίπτωση αύξησης της χρησιμοποιούμενης δόσης. Εξάλλου, ένας από τους στόχους της μελέτης ήταν ακριβώς αυτός: να εξεταστεί η ασφάλεια του φαρμάκου όταν αυτό εγχέεται σε αυξημένη ποσότητα. Οι ενέσεις που έγιναν και στις τέσσερις ομάδες ήταν πολύ καλά ανεκτές. Οι πιο συνηθισμένες ανεπιθύμητες ενέργειες περιλάμβαναν πονοκέφαλο και ήπιες αντιδράσεις του δέρματος, π.χ. ερυθρήμα τοπικά, που όμως υποχωρούσαν έπειτα από λίγη ώρα. Τα συμπεράσματα δημοσιεύτηκαν στην επιστημονική έκδοση *Dermatologic Surgery*. Τι ιδιαίτερο έχει, λοιπόν, το συγκεκριμένο μπότοξ; Πρόκειται για ένα ενέσιμο υλικό με 100%

καθαρή τοξίνη χωρίς πρωτεΐνες. Το RTOO2 ενσωματώνει μια πατενταρισμένη τεχνολογία με πεπτίδια και έχει σχεδιαστεί με τέτοιο τρόπο ώστε να διαρκεί περισσότερο. Σύμφωνα με τους ερευνητές, η μελέτη Belmont, όπως ονομάστηκε χαρακτηριστικά η παραπάνω, συγκρίνει τον ενέσιμο τύπο RTOO2 και το ψευδοφάρμακο με τα ανταγωνιστικά είδη μπότοξ που υπάρχουν στην αγορά. Το μεγάλο πλεονέκτημα του καινούριου προϊόντος είναι ότι μπορεί να χρησιμοποιηθεί για μια στοχευμένη θεραπεία των ρυτίδων, χωρίς το φόβο μήπως η αυξημένη δοσολογία έχει παρενέργειες ή μήπως μετακινηθεί το υλικό επηρεάζοντας την κινητικότητα και την εκφραστικότητα των μυών στις γύρω περιοχές.

## ΤΙ ΝΑ ΠΕΡΙΜΕΝΟΥΜΕ;

Όσο οι επιστήμονες τρίβουν με ικανοποίηση τα χέρια τους και οι γυναίκες χαμογελούν με την καινούρια ανακάλυψη, οι κλινικές δοκιμές περνούν στη φάση 2, τα πορίσματα της οποίας θα ανακοινωθούν στο τέλος του χρόνου.

Αυτή τη φορά το δείγμα των εθελοντών θα είναι μεγαλύτερο (250) και σε λίγους μήνες θα είμαστε σε θέση να γνωρίζουμε αν το νέο μπότοξ έχει καλύτερες αντιγηραντικές επιδόσεις σε σχέση με τα αντίστοιχα σκευάσματα.

Ωστόσο, όπως επισημαίνει η πλαστικός χειρουργός Βίλλυ Ροδοπούλου, ακόμα κι αν το αποτέλεσμα της θεραπείας με το καινούριο μπότοξ είναι πιο μακροπρόθεσμο, πάλι δεν θα ισχύει το ίδιο για όλους: «Η διάρκεια του μπότοξ διαφέρει από άνθρωπο σε άνθρωπο και σήμερα κυμαίνεται μεταξύ 3-6 μηνών. Έχει να κάνει με την ανατομία κάθε προσώπου, τις συσπάσεις των μυών, καθώς και με άλλους παράγοντες, όπως η δοσολογία, η τεχνική, τα σημεία έγχυσης, οι επαναλήψεις που έχουν προηγηθεί, η εποχή του χρόνου, καθώς και με το ίδιο το σκεύασμα μερικές φορές. Σε κάθε περίπτωση, σπάνια μπορεί να φτάσει τον ένα χρόνο. Γι' αυτόν το λόγο αναμένουμε με ενδιαφέρον την τελική αξιολόγηση του νέου προϊόντος, καθώς και την ανακοίνωση για το πότε θα είναι διαθέσιμο». Την ίδια στιγμή συνεχίζονται οι κλινικές μελέτες γύρω από την κρέμα με βοτουλινική τοξίνη, η οποία βασίζεται επίσης στην ίδια τεχνολογία με πεπτίδια και δοκιμάζεται για τις γραμμές στα πλάγια των ματιών, το γνωστό πόδι της χήνας. Η συγκεκριμένη όμως δεν φαίνεται να έχει εξίσου ισχυρή δράση με το μπότοξ σε ό,τι αφορά την αντιμετώπιση των ρυτίδων στο μεσόφρυο. Έτσι, ίσως τα επόμενα χρόνια η μείωση των λεπτών γραμμών στο πρόσωπο να είναι για τους επιστήμονες ένα στοίχημα που θα κερδηθεί με τον κατάλληλο συνδυασμό ένεσης και κρέμας. □

ELLE.gr

ΔΕΙΤΕ ΚΙ ΑΛΛΕΣ ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ ΣΤΗΝ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ