



NOVÝ *dekolt*

Úpravy prsů patří v současnosti k nejoblíbenějším zákrokům estetické medicíny. Jejich bezpečnost, nejnovější metody i psychologické dopady jsme probírali s jedním z největších profesionálů v oboru, plastickým chirurgem MUDr. Jánem Pilkou.

PŘIPRAVILA: MONIKA GRAFKOVÁ

Jaké trendy v estetické úpravě prsů dnes dominují a čím se liší od těch před zhruba deseti dvaceti lety?

Dříve byla hlavním cílem především velikost, dnes je současným trendem přirozenost, harmonie s postavou a co nejmenší zásah do tkání. Pacientky chtějí, aby prsa působila, jako že jsou jejich, a ne aby bylo na první pohled poznat, že prošla operací. Velkou změnou jsou miniinvazivní metody, jako je MIA Femtech nebo koncept Preservé, které považují za skutečnou revoluci v plastické chirurgii prsou. Tyto postupy umožňují zvětšení prsů

s minimálním traumatem tkání, bezprostředním návratem do běžného života, výrazně kratší rekonvalescencí a bolestí a velmi přirozeným výsledkem. Oproti minulosti se tedy neposouváme jen esteticky, ale hlavně technologicky a filozoficky – k většímu respektu k ženskému tělu.

Z čeho mají ženy nejčastěji obavy?

Velmi často slyším obavy z nepřirozeného vzhledu, bolesti nebo dlouhé rekonvalescence. Častým mýtem je, že implantáty automaticky znamenají výměnu za nějaký čas či celoživotní komplikace. Vysvětlují, že moderní chirurgie je dnes úplně

jinde než dříve – jak materiálově, tak technicky. Důležité je otevřeně mluvit i o limitech a rizicích, ale zároveň dát pacientce reálný obraz toho, co ji skutečně čeká. Většina obav pramení z neúplných nebo zastaralých informací.

Podle čeho hodnotíte, zda je pacientka vhodnou kandidátkou pro úpravu nebo změnu velikosti prsů?

Základem je individuální konzultace. Nejde jen o fyzické parametry, ale i o motivaci a očekávání. Vhodná kandidátka má jasnou představu a realistická očekávání, zákrok podstupuje především kvůli sobě, ne

kvůli okolí. Samozřejmě hodnotím i fyzické a zdravotní parametry. Posuzuji celkový zdravotní stav, kvalitu a množství vlastní prsní tkáně, elasticitu kůže, symetrii prsou, polohu dvorců i celkovou stavbu těla. To vše ovlivňuje nejen výběr konkrétní metody, ale i to, jaký výsledek je reálně dosažitelný a dlouhodobě udržitelný. Velkou roli hraje také životní fáze, ve které se žena nachází, zda plánuje těhotenství, výrazné hubnutí nebo jiné změny, které by mohly výsledek v budoucnu ovlivnit. Právě proto někdy doporučuji zákrok odložit, upravit původní představu nebo zvolit jiný typ řešení než pacientku za každou cenu operovat. Ne každý požadavek je automaticky ten nejlepší pro konkrétní tělo a konkrétní ženu.

Přístupujete k úpravám prsů u žen po těhotenství a kojení jinak než k těm, které ještě nerodily?

Vždy vycházím z toho, jakými změnami si tělo už prošlo a jaké ho pravděpodobně ještě čekají. Právě proto je individuální plánování zákroku naprosto klíčové. U žen po těhotenství a kojení se velmi často setkáváme s kombinací několika problémů najednou. Prsa mohou být povolená, ztratit objem v horní části, změnit tvar nebo být výrazně asymetrická. Nejde tedy jen o zvětšení, ale především o obnovení tvaru, pevnosti a proporcí, které měla žena před těhotenstvím. V těchto případech bývá často nejvhodnějším řešením kombinace modelace a zvětšení, případně i samotná modelace bez implantátů. Cílem není dramatická změna, ale návrat k přirozenému vzhledu, se kterým se žena znovu cítí dobře. Naopak u žen, které nerodily, bývá prsní tkáň obvykle pevnější, kůže pružnější a tvar prsou stabilnější. Pečlivě zvažujeme velikost i typ zákroku.

Cílem je zvolit takové řešení, které bude nejen hezké teď, ale nekomplikuje případné budoucí změny. V obou skupinách platí, že zákrok by měl být plánován s výhledem do budoucna a s respektem k přirozené anatomii i životní fázi

ženy. Úprava prsou není univerzální řešení – je to proces, který musí dávat smysl nejen dnes, ale i za několik let.

Co ovlivňuje volbu typu a velikosti implantátů?

Rozhodně to není jen otázka přání pacientky nebo jednoho čísla v mililitrech. Cílem je, aby implantát s tělem dlouhodobě „spolupracoval“, nepůsobil těžce a vypadal přirozeně nejen krátce po operaci, ale i za mnoho let. Dnes máme k dispozici širokou škálu implantátů, které se neliší jen velikostí, ale také tvarem, projekcí, povrchovou úpravou a celkovou hmotností. Existují například i speciální odlehčené implantáty, které méně zatěžují tkáň a mohou být vhodné pro ženy, jež chtějí přirozenější pocit nebo mají jemnější anatomii. Právě tato variabilita nám umožňuje zvolit řešení skutečně na míru.

Jak dlouho dnes obvykle implantáty vydrží?

Moderní prsní implantáty mají velmi dlouhou životnost a už dávno neplatí dřívější pravidlo, že by se musely automaticky měnit po deseti letech. Pokud pacientku nic netrápí, implantáty jsou funkčně i esteticky v pořádku a pravidelné kontroly neodhalí žádný problém, není důvod k preventivní výměně. Výměna přichází na řadu nejčastěji tehdy, když si ji žena sama přeje – například

„SOUČASNÝM
TRENDEM JE
PŘIROZENOST,
HARMONIE
S POSTAVOU
A MINIMÁLNÍ
ZÁSAH DO TKÁNÍ.“

při změně velikosti či tvaru prsou, po těhotenství, kojení nebo výrazných váhových změnách. Samozřejmě může být indikována i ze zdravotních důvodů, například při ruptuře, tedy prasknutí implantátu, nebo vzniku



kapsulární kontraktury, což je vzácná komplikace po zavedení prsních implantátů, kdy si tělo vytvoří kolem implantátu silné, zjizvené vazivové pouzdro (kapsulu), což může vést k zatuhnutí či nepohodlí.

Často se diskutuje také o takzvané nemoci z prsních implantátů...

Téma беру velmi vážně a vždy ho s pacientkami otevřeně probírám. Medicína zatím nemá jednoznačný důkaz, že by šlo o samostatnou diagnózu, ale subjektivní potíže některých žen nelze bagatelizovat. Základem je pečlivý výběr pacientek, kvalitní implantáty a správná technika. Pokud má žena obavy nebo specifickou anamnézu, hledáme alternativy nebo volíme šetrnější přístup.

Dá se říct, že je bezpečnost současných implantátů vyšší?

Bezpečnost se jednoznačně výrazně posunula. Máme lepší zobrazovací metody, kvalitnější implantáty, šetrnější operační postupy i preciznější anestezii. Miniinvasivní přístupy, pokud jde o MIA Femtech nebo Preservé, snižují zátěž pro organismus na minimum a zkracují dobu rekonvalescence. Tyto techniky, které jsem jako první představil českým

ženám a se kterými mám u nás nejvíce zkušeností, umožňují zvětšení prsou s minimálním zásahem do tkáně, bez celkové narkózy a bez viditelných jizev, bez hospitalizace a za pouhých 15 minut v lokální anestezii. Například metoda MIA Femtech je unikátní tím, že nevyžaduje žádný zásah skalpelem do prsní tkáně – neprovádí se jediný řez na prsou a nevznikají ani žádné viditelné jizvy či stopy po zákroku na prsou.

V kterých místech se tedy řez provádí?

Vstup je drobný, nenápadně ukrytý v podpaží. Neřežeme prsní sval ani nezasahujeme do žlázy. Tělo zůstává prakticky nedotčené – a právě v tom spočívá zásadní rozdíl oproti klasickým metodám. Bezpečnost těchto metod je dalším zásadním benefitem. Minimalizace kontaktu, zachování integrity prsní tkáně a absence celkové narkózy tak společně tvoří celek, který nastavuje nový standard bezpečnosti v estetické chirurgii prsou. Díky vysoké biokompatibilitě implantátů s ženským tělem jsou tyto implantáty velmi dobře přijímány. Zásadní roli hraje i samotné provedení zákroku – chirurg se implantátu vůbec nedotýká, protože zavádění probíhá zcela bezkontaktně pomocí speciálního patentovaného nástroje.

Co bývá pro pacientky po operaci nejnáročnější?

To se výrazně liší podle zvolené metody. U klasické augmentace, tedy zvětšení prsou, bývá největší výzvou první týden po zákroku. Ženy často popisují pocit výrazného tlaku na hrudi, omezenou hybnost horních končetin a nutnost výrazně zpomalit běžný režim. Rekonvalescence je zde delší, bolestivější a vyžaduje více času na návrat k běžným činnostem, včetně práce, sportu nebo péče o děti. Klíčové je dodržovat klidový režim, nosit správnou pooperační podprsenku a dát tělu dostatek času na hojení. U moderních miniinvasivních metod, jako jsou již zmíněné MIA Femtech a koncept Preservé, je situace pro pacientky

výrazně komfortnější. Díky šetrnějšímu přístupu, minimálnímu zásahu do tkáně a menším řežům je bolest obvykle mírná, pocit tlaku krátkodobý a omezení pohybu výrazně menší.

Jak dlouho tedy rekonvalescence zpravidla trvá?

Mnoho žen se dokáže velmi rychle vrátit k běžnému dennímu fungování. U metody MIA lze už za dva týdny zařadit fyzické aktivity a cvičení. To je hodně velký posun oproti klasické metodě. Ve všech případech ale platí, že obrovskou roli hraje informovanost a psychická pohoda. Pokud pacientka ví, co je normální součástí hojení, jaké pocity může očekávat a kdy se má případně ozvat lékaři, zvládá celé období mnohem klidněji. Správná pooperační péče, realistická očekávání a pocit bezpečí jsou často stejně důležité jako samotná chirurgická technika.

S jakými největšími přínosy se u svých pacientek setkáváte?



MUDr. JÁN PILKA,
PLASTICKÝ CHIRURG

Medicínu vystudoval v Bratislavě, kde řadu let pracoval na klinice plastické chirurgie v Univerzitní nemocnici. V roce 2012 se přesunul do Prahy, kde sbíral zkušenosti a v roce 2014 založil kliniku Aesthevita. Je členem prestižních odborných společností, má bohaté zkušenosti z USA a evropských zemí. Sleduje nejnovější trendy a inovace v oboru a patří mezi přední české plastické chirurgy. Je certifikovaným a vyhledávaným lékařem metody MIA Femtech pro Českou republiku.

U mnoha žen se sebevědomí postupně vytrácí po těhotenství, kojení, výrazném hubnutí nebo s přibývajícím věkem. Úprava prsou pak často znamená návrat k vlastní identitě, k pocitu ženskosti a harmonie s vlastním tělem. Ženy se přestanou soustředit na to, co jim na sobě vadí, a začnou se znovu cítit přirozeně při oblékání, sportu, intimních chvílích i v každodenním životě. Existují na to i poměrně dobře podložená data a je zajímavé, že potvrzují to, co vidím v praxi dnes a denně. Mezinárodní studie dlouhodobě ukazují, že celková spokojenost pacientek po operacích prsou se pohybuje přibližně mezi 85–95 %, a to napříč různými typy zákroků od augmentací přes modelace až po kombinované výkony.

A pokud jde o čísla týkající se psychologického dopadu?

Ta jsou ještě vyšší. Například studie hodnotící kvalitu života po úpravě prsou uvádějí, že více než 90 % žen pocituje zlepšení sebevědomí a spokojenosti s vlastním tělem, přibližně 85–90 % popisuje větší komfort při oblékání a běžných denních aktivitách a významná část žen uvádí pozitivní dopad i na intimní život a celkovou pohodu. Z odborného hlediska je důležité, že tyto pozitivní výsledky nejsou spojeny s extrémními změnami, ale naopak s přirozeným, individuálně zvoleným řešením. Statistiky opakovaně ukazují, že nejvyšší míru spokojenosti mají ženy, které měly realistická očekávání, podstoupily zákrok z vlastní vnitřní motivace a byly důkladně informované ještě před operací.

Moje osobní zkušenost s těmito daty velmi souzní. Když je zákrok proveden citlivě, s respektem k anatomii i osobnosti ženy, nepřináší jen estetickou změnu, ale dlouhodobý pocit jistoty a vnitřního klidu. A právě tento psychologický přínos, který se sice dá vyjádřit procenty, ale ve skutečnosti ho nejlépe vidíte v chování a postoji pacientky, považují za jeden z nejceněnějších výsledků moderní plastické chirurgie. ■