



1. Naturalny żel do higieny intymnej Geranium i żurawina YOPE 300 ml/19,99 zł.
2. Płyn do higieny intymnej dla kobiet w ciąży 4ORGANIC 200 ml/13,99 zł (www.4organic.pl).
3. Odświeżająca pianka do higieny intymnej Plante SORAYA 150 ml/12,29 zł (Rossmann).
4. Micelarny żel do higieny intymnej AA INTYMNA 300 ml/13,79 zł.

Mommy makeover?

Pod tym hasłem kryje się seria zabiegów, które mają pomóc kobietom wrócić do kondycji sprzed ciąży. Należą do nich procedury chirurgiczne, jak plastyka brzucha czy piersi, ale też zabiegi ginekologii plastycznej.

Skąd wziął się pomysł na stworzenie pakietu zabiegów Mommy Makeover?

Bycie matką to niezwykle doświadczenie, ale ciąża, poród, karmienie piersią zmieniają kobiece ciało. Coraz częściej i odważniej mówi się o tych mniej różowych stronach bycia mamą. Sama nagrywam różne informacyjne filmiki dla kobiet, które chcą dowiedzieć się czegoś więcej o ciąży i jej skutkach. Spotykam się z bardzo pozytywnym odzewem. Dziewczyny piszą, że to świetnie, że ktoś wreszcie porusza temat hemoroidów, nietrzymania moczu i innych, uznawanych za wstydlive dolegliwości, z którymi tak naprawdę boryka się ogrom matek.

Część zabiegów zajmuje się estetyką, ale część – ta, w której pani się specjalizuje – poprawia też jakość życia.

Mommy Makeover to seria zabiegów, które mają pomóc kobietom wrócić do kondycji sprzed ciąży. Można skorzystać z plastyki powłok brzusznych, liftingu piersi, a czasami także z liftingu pośladków. [Operacje te przeprowadzają chirurdzy – przyp. red.]. Do tego dochodzą także mniej inwazyjne, ale niezmiernie ważne dla komfortu życia zabiegi, na przykład rewitalizacji okolic intymnych. Po urodzeniu dziecka kobiety często cierpią na zespół luźnej pochwy, nietrzymanie moczu, zespół suchości pochwy i tymi kwestiami zajmuje się ginekolog, lekarz medycyny estetycznej. Wiele kobiet zakłada, że nietrzymanie moczu to dolegliwość, która spotyka jedynie dojrzałe panie po menopauzie. Nie biorą pod uwagę, że coś takiego może spotkać je po urodzeniu dziecka. Wyobraźmy sobie, jak dramatycznie może być zaburzone życie pacjentki,

która w trakcie kichania lub, o zgrozo, śmiechu popuszcza mocz... A poprzez leczenie laserowe możemy w znacznym stopniu zmniejszyć dolegliwości lub je całkowicie wyleczyć. **Jak szybko po porodzie możemy skorzystać z zabiegów?** Jeśli chodzi o zabiegi, które ja wykonuję, na przykład lasery czy osocze, zabiegi z użyciem kwasu hialuronowego, czyli takie, które są mniej inwazyjne, to rozpoczynam je już nawet sześć tygodni po porodzie. Dużo zależy od samopoczucia pacjentki i jej zdrowia psychicznego.

Jakie zabiegi ginekologii plastycznej wykonuje pani najczęściej?

Największą popularnością cieszą się zabiegi laserowe. Pozwalają nam zregenerować zewnętrzne obszary intymne, ale też poprawić gęstość i elastyczność tkanki poprzez stymulację kolagenu. Do dyspozycji mamy laser CO₂ FemiLift przeznaczony specjalnie do obszarów intymnych. Wykorzystuje się go do przebudowania śluzówki pochwy. W efekcie poprawia się poziom nawilżenia tej okolicy, co wpływa na poprawę samopoczucia, zwiększa komfort w czasie stosunku i redukuje infekcje intymne. To właśnie ten laser wykorzystujemy do zabiegów rehabilitacji po porodzie, nietrzymania moczu i korekty estetycznej. ●



AGNIESZKA NALEWCZYŃSKA
LEKARZ MEDYCYN ESTETYCZNEJ,
SPECJALISTKA GINEKOLOGII I POŁOŻNICTWA
Z KLINIKI DR SZCZYT-CHARYTONOWICZ
PRZY ULICY WAFLOWEJ 7A W WARSZAWIE.