

# NA PRZEKÓR genom



NASZ EKSPERT

**DR N. MED. DARIA  
CHARYTONOWICZ**

specjalista chirurgii  
plastycznej,  
Klinika Dr **Szczyt**



NASZ EKSPERT

**DR N. MED.  
AGNES FRANKEL**

dermatolog  
estetyczny,  
Klinika Dr **Szczyt**

Na nasz wygląd składa się zbiór cech, które otrzymaliśmy od rodziców, dziadków i dalszych krewnych. Jednak geny nie muszą nas wcale definiować. Obecny rozwój metod medycyny estetycznej oraz chirurgii plastycznej jest w stanie szybko poradzić sobie z niechcianym spadkiem.

Tekst **Magdalena Błaszczak**

## ODSTAJĄCE USZY

Na tę przypadłość narzeka ok. 2 proc. osób w Polsce. Dziedziczymy je zazwyczaj po rodzicach, tak jak wielkość i kształt. Odstające ucho to takie, którego małżowina odsunięta jest co najmniej 2 cm od głowy. Chirurgowie natomiast oceniają to, patrząc na tzw. kąt czaszkowo-małowinowy. Jeśli wynosi on więcej niż 30 stopni, ucho uznaje się za odstające. Winowajcą takiego stanu rzeczy jest słabe wykształcenie grobelki, czyli wypukłej części chrząstki, dzięki której ucho zagina się ku czaszce. Czasem to wina nieproporcjonalnie dużej muszli ucha albo połączenia obu tych cech.

Zabieg korekcji uszu nazywany jest otoplastyką, którą można wykonać zarówno u dzieci jak i u dorosłych. Już ok. 5. roku życia małżowiny uszne mają kształt i wielkość zbliżoną do ostatecznej. Zabieg zwykle wykonuje się w znieczuleniu ogólnym,

a u dorosłych częściej stosuje się znieczulenie miejscowe. Z reguły operacja trwa około 60 minut. Po podaniu znieczulenia chirurg wykonuje na tylnej części ucha nacięcie w kształcie elipsy i oddziela skórę tak, by odsłonić chrząstkę. Precyzyjnie modeluje ją, nacina – jeśli jest taka potrzeba (np. gdy chrząstka jest wyjątkowo masywna, chirurg usuwa jej mały fragment) – i wytwarza grobelkę, zakładając specjalne szwy. Z zewnątrz skóra zszywana jest za pomocą zwykłych szwów, które usuwane są po kilku lub kilkunastu dniach. Na koniec na ucho zakłada się opatrunek z maścią antybakteryjną, a głowę zawiąza bandażem elastycznym. Po zabiegu uszy mogą być lekko obrzęknięte i zasinione. Wszystkie dolegliwości powinny jednak ustąpić po 10–14 dniach. W tym czasie lepiej zrezygnować z mycia głowy. Opatrunek zazwyczaj jest zmieniany dwa dni po operacji, a szwy usuwa się między 3. a 8.

dobą. Wtedy opatrunek zostaje zastąpiony opaską. Ułatwia ona chrząstce przebudowę i chroni przed zniekształceniem. Należy ją nosić cały czas przez następne cztery tygodnie, a po tym czasie już tylko do spania (w niektórych przypadkach trwa to nawet pół roku). Przez kilka tygodni po korekcji uszu trzeba też szczególnie chronić je przed urazami. Absolutnie nie wolno uprawiać sportów kontaktowych, korzystać z solarium czy sauny. Wskazane jest też unikanie promieni słonecznych.

Po takim zabiegu powikłania pojawiają się rzadko. Przez 3–6 miesięcy mogą występować przejściowe zaburzenia czucia w uchu – dotyczą one zwłaszcza górnej części małżowiny. To normalne, ponieważ podczas operacji przecinane są niektóre zakończenia nerwowe i naczynia krwionośne. W rzadkich przypadkach drętwienie lub brak czucia pozostają na zawsze. Rzadko w miejscu szycia pojawia się infekcja lub



Gabinety medycyny estetycznej coraz częściej są odwiedzane przez mężczyzn. U nich lekarze stosują inne techniki ostrzykiwania wypełniaczami, aby zachować męskie rysy twarzy.

dochodzi do martwicy skóry. Ten problem częściej dotyczy palaczy, u których rany pooperacyjne gorzej się goją ze względu na zwężone naczynia krwionośne.

## BRZYDKI KSZTAŁT NOSA

Kolejną z cech, którą w dużej mierze dziedziczymy po rodzicach, jest nos. Prawdopodobieństwo przekazania w genach dużego, garbatego nosa wynosi aż 75 proc. Jeśli nie pasuje on do twarzy lub po prostu się nie podoba, można zdecydować się na korekcję jego kształtu kwasem hialuronowym, specjalnie dobranym do tych okolic. To szybka, mało inwazyjna i – jeśli wykona ją specjalista – bezpieczna metoda. Jest to również propozycja na sprawdzenie, jak będzie wyglądał nos, jeżeli jego kształt poprawi chirurg.

W przypadku chirurgicznej korekcji nosa pierwszym etapem jest konsultacja z chirurgiem, podczas której ustala się oczeki-

wania co do wyglądu nosa. Operacja przeprowadzana jest w znieczuleniu ogólnym. Trwa zwykle 1,5–3 godziny. Po niej niezbędne jest noszenie gipsu na nosie przez 7–10 dni. Korekcja nosa jest możliwa wówczas, gdy nos osiągnie swój dojrzały kształt, czyli zwykle po 18. roku życia.

## PRZEDWCZESNE ZMARSZCZKI

W genach ukryta jest również jakość skóry i jej sposób starzenia się. Oczywiście trzeba tutaj uwzględnić dodatkowe czynniki zewnętrzne, takie jak stres, sposób pielęgnacji czy strefa klimatyczna, w której żyjemy. Niemniej jednak – widząc, jak starzeją się rodzice i krewni – można wyciągnąć wnioski i działać prewencyjnie. Ważny jest plan, czyli dobrze dobrane zabiegi z zakresu medycyny anti-aging, dermatologii estetycznej, kosmetologii, aż po właściwą pielęgnację domową. Ich głównym celem jest stymulowanie skóry

i jej silna regeneracja, szczególnie tam, gdzie najbardziej tego potrzebuje. Taka kompleksowa terapia nie musi być droga ani czasochłonna.

Jedną z bardzo charakterystycznych i dziedziczonych przypadłości, z którymi w łatwy sposób można sobie poradzić, korzystając z pomocy lekarza medycyny estetycznej, są głęboko zarysowane linie marionetki oraz bruzdy nosowo-wargowe. Tutaj można działać prewencyjnie albo zatrzymać trwający już proces.

Rozwiązań jest wiele i są one coraz bardziej skuteczne przy niewielkim stopniu inwazyjności. Przede wszystkim warto zadbać o skórę od wewnątrz – zapewnić jej właściwy poziom nawodnienia, który wpływa na jakość oraz jędrność naszej skóry. Druga kwestia to składniki niezbędne do właściwego funkcjonowania organizmu, czyli po prostu zbilansowana dieta szczególnie bogata w świeże owoce oraz warzywa. Jeżeli chodzi o zabiegi, warto zacząć od tych, które nie wymagają re-



Operacja nosa sprawia, że rysy twarzy stają się znacznie łagodniejsze.