



Lāzerlipolīze: risinājums perfektam augumam



Galvenie darbi, lai iegūtu labu figūru, katram jāpaveic pašam. Mēs jau lieliski zinām, kādi tie ir: jāievēro racionāla uztura principi, jāvingro, jā rūpējas par veselīgu dzīvesveidu kopumā. Tieši ar to jāsāk, ja tev ir iespaidīgs liekais svars. Bet nemierā ar savu augumu mēdz būt ne jau tikai stipri apaļīgi ļaudis. „Pat fiziski aktīviem cilvēkiem ar normālu svaru var būt problemātiskas ķermeņa zonas, kuru apkārtmēru ir ļoti grūti samazināt,” stāsta *Lāzermedicīnas klīnikas* ārste **Ineta Mauriņa**. „Reizēm ģenētisku vai citu faktoru dēļ ir izveidojušies taukaudi, kuri nepiedalās organisma kopējā vielmaiņā un cilvēkam nekādi neizdodas padarīt šo konkrēto ķermeņa daļu tievāku, lai iegūtu sev vēlamās auguma proporcijas. Šādās situācijās talkā nāk metodes, kuras ļauj veikt figūras korekciju, izmantojot mūsdienīgas tehnoloģijas. Viena no tām ir lāzerlipolīze, kas tagad pieejama arī *Lāzermedicīnas klīnikā*.”

Kas ir lāzerlipolīze?

Tā ir mazināzīva ķirurģiska procedūra lokālai taukaudu samazināšanai ķermeņa problēmzonās: uz vēdera, ceļu apvidū, uz iekšstilbiem, uz augšdelmiem, uz zoda, sēžas aizmugurējā daļā. Jāuzsver, ka tā nav metode svara samazināšanai, bet tieši figūras korekcijai. Lāzerlipolīze domāta pilngadīgiem pacientiem. Konsultācijā lūdzam viņus atbildēt uz dažādiem medicīniskiem jautājumiem, lai pārlicinātos, ka veselība atļauj šo procedūru veikt. Kontraindikāciju nav daudz, piemēram, nopietni hroniski aknu bojājumi vai atsevišķu medikamentu lietošana, kas ietekmē asinsreci.

Lāzermedicīnas klīnika jau kļuvusi pazīstama ar *V shape* ultraskaņas un radiofrekvences procedūrām, kas kalpo līdzīgam nolūkam. Kādēļ nolēmāt ieviest arī šo jauninājumu?

Tas ļauj paplašināt piedāvāto metožu loku, jo katrai no tām ir savas nianšes. Pacientam atnākot uz konsultāciju, kopīgi izlemjam, kura metode ir viņam piemērotākā no medicīniskā viedokļa un arī šķiet pieņemamāka pašam. Piemēram, ir cilvēki, kuri vēlas izmantot tikai pilnīgi neinvazīvas metodes, kādas ir minētās *V shape* procedūras.

Kā notiek lāzerlipolīzes procedūra?

Pēc tam, kad pacients bijis uz konsultāciju un nolēmis piekrist šīs metodes izmantošanai, vienojamies par procedūras dienu. Tā notiek ambulatoros apstākļos, ir maztraumatiska un nesāpīga, lietojam vietējo anestēziju. Protams, mēs strādājam ar kvalitatīvu sertificētu aparāturu. Atkarībā no apstrādājamās zonas lieluma procedūra ilgst 30–120 minūtes. Ādā tiek veikts neliels – 2 mm garš grieziens, taukaudos ievada lāzera gaismas vadu. Aktivējot lāzeru, caur gaismas vadu izdalītā enerģija nonāk zemādas tauku šūnu rajonā, kas tiek termiski bojāts. Vienlaikus lāzera iedarbībā tiek koagulēti asinsvadi, līdz ar to procedūras laikā neveidojas asinsizplūdumi. Grieziņa vietai uzlīmē nelielu plāksterīti.

Vai vienā reizē iespējams apstrādāt vairākas problēmzonas?

Standarti nosaka, kādu kopējo enerģiju vienas procedūras laikā drīkst pievadīt, un atkarībā no tā mēs kopīgi izlemjam, kādām ķermeņa daļām veiksīm šo procedūru vienā reizē.

Kur paliek sašķeltie tauki?

Sašķeltie tauki pakāpeniski vairāku nedēļu laikā tiek izvadīti no organisma dabīgā ceļā. Daļa tauku emulsijas veidā

tiek evakuēti uzreiz, tos atsūcot, līdz ar to pirmais apjoma samazinājums var būt manāms jau uzreiz. Atlikušie tauki tiek izvadīti dabīgā ceļā caur aknām un procedūras galīgais rezultāts kļūst redzams pēc vairākiem mēnešiem.

Cik centimetru no apstrādājamo ķermeņa daļu apkārtmēra var zaudēt un vai āda tajās vietās nekļūst nokarena?

Apkārtmēra samazināšanās atšķiras gan katram pacientam, gan katrai ķermeņa daļai. Piemēram, ja par trim centimetriem samazinās augšdelma apkārtmērs, tad tas ir ļoti labi redzams, ja vēdera apkārtmērs – tad to nemaz īpaši nemana. Tauku zudums ir vienmērīgs un procedūras gaitā tiek stimulēta kolagēna sintēze, tāpēc ādas elastīgums jūtami uzlabojas. Ja āda ir bijusi nokarena jau pirms procedūras un to nepieciešams papildus tonizēt, varam kombinēt lāzerlipolīzi ar radiofrekvences procedūram. Ja pacientam šķiet, ka gribētos zaudēt vēl vairāk centimetru, tad atkārtotu procedūru tai pašai ķermeņa zonai drīkst veikt pēc pusgada.

Kas jādara periodā pēc lāzerlipolīzes procedūras?

Pacientam, protams, ir arī pašam jālīdzdarbojas rezultāta sasniegšanā. Trešajā dienā pēc procedūras viņam jāatnāk uz kontroli, bet pēc tam nepieciešamas manuālās limfodrenāžas procedūras, lai uzlabotu limfas plūsmu un veicinātu tauku izvadīšanu no organisma. Mūsu klīnikā ir tā priekšrocība, ka mēs šīs procedūras veicam tepat uz vietas. Nākamās apskates notiek pēc mēneša un pēc trim mēnešiem. Periodā pēc procedūras ir arī jādzēr daudz šķidruma, lai tauki labāk izvadītos un jālieto veselīgs uzturs, kas vēlams arī turpmāk. Divas nedēļas nedrīkst sauloties vai apmeklēt solāriju, iet saunā, karstā vannā, nodarboties ar agresīvām fiziskām aktivitātēm, piemēram, svarcelšanu. Nekādu ļoti striktu dzīvesveida ierobežojumu nav, cilvēks var jau nākamajā dienā atgriezties darbā un apkārtējie pat nenonauš, ka viņam veikta kāda procedūra.