

Πλαστική Χειρουργική / Δρ. Νεκτάριος Ντουντουλάκης

"Στο επίκεντρο η υγεία και η ασφάλεια του ασθενούς, και μετά οι όποιες αισθητικές παρεμβάσεις"



Ποιες είναι οι συνηθέστερες αισθητικές παρεμβάσεις στην Ελλάδα; Ποια η διαφορά μεταξύ botox και υαλουρονικού οξέος; Υπάρχει ενδεδειγμένη ηλικία για να αρχίσει κάποιος τις πλαστικές επεμβάσεις και συγκεκριμένο όριο για να τις σταματήσει; Ο πλαστικός χειρουργός, Δρ. Νεκτάριος Ντουντουλάκης, αναλύει το γιατί η Πλαστική Χειρουργική δεν συνεπάγεται μόνο αισθητικές παρεμβάσεις, παρουσιάζει την "Ευμορφία" του και απαντάει σε ερωτήσεις που όλοι θα θέλαμε να κάνουμε σε έναν πλαστικό.

Συνέντευξη στον Θεόδουλο Παπαβασιλείου



Ποιες θεωρείτε τις σημαντικότερες αλλαγές που έχουν επέλθει στον τομέα της πλαστικής χειρουργικής την τελευταία δεκαετία;

Αρχικά θα πρέπει να κάνουμε μία σημαντική διευκρίνιση. Η πλαστική χειρουργική δεν αφορά μόνο στην αισθητική χειρουργική και τις επεμβάσεις για αισθητικούς λόγους, αλλά και στην επανορθωτική χειρουργική, στο σύνολο δηλαδή των επεμβάσεων με επανορθωτικό χαρακτήρα. Οι επεμβάσεις αυτές αφορούν δυσμορφίες, ελλείμματα μετά από ατυχήματα ή εγκαύματα, εξαίρεση καρκίνων και την αποκατάσταση της περιοχής, συγγενείς ανωμαλίες, δηλαδή εκ γενετής.

Σε όλους τους τομείς της πλαστικής και επανορθωτικής χειρουργικής έχουν επέλθει σημαντικές εξελίξεις. Το ίδιο συμβαίνει και με την τεχνολογία των φαρμάκων και των υλικών που χρησιμοποιούμε, ανάλογα με την περίπτωση, για την αισθητική και λειτουργική αποκατάσταση, αλλά και στο πεδίο των ιατρικών μηχανημάτων και lasers που μας διευκολύνουν τόσο κατά τη διάρκεια της επέμβασης, όσο και στη μετέπειτα παρακολούθηση των χειρουργημένων ασθενών.

Ένας άλλος σημαντικός τομέας της πλαστικής χειρουργικής, όπου έχουν σημειωθεί σημαντικές εξελίξεις, είναι εκείνος της μικροχειρουργικής. Ο όρος "μικροχειρουργική" εσφαλμένα θεωρείται η χειρουργική μικρών επεμβάσεων, παραπέμποντας σε επεμβάσεις μερικών χιλιοστών. Στην πραγματικότητα, πρόκειται για την κορωνίδα της χειρουργικής επιστήμης. Πραγματοποιείται με τη βοήθεια μικροσκοπίου και μικροσκοπικών εργαλείων και πρόκειται για ιατρική πραγματικά υψηλής τεχνολογίας και χειρουργικής τεχνικής. Θεωρώ τον εαυτό μου τυχερό που δέχτηκα αυτή την εκπαίδευση, γιατί μου επέτρεψε να πραγματοποιήσω, όταν χρειάστηκε, επανασυγκολήσεις χεριών και άλλων μελών του σώματος.

Ειδικά, λοιπόν, σε αυτόν τον τομέα της μικροχειρουργικής, αλλά και της επανορθωτικής χειρουργικής τα τελευταία χρόνια, σε παγκόσμιο επίπεδο, έχουν γίνει ανακαλύψεις που περιορίζουν στο ελάχιστο την επεμβατικότητα και τη νοσηρότητα στους ασθενείς. Τέτοιο παράδειγμα είναι η περίπτωση του λεμφαδένα φρουρού, στο μελάνωμα, που καθορίζει με ακρίβεια την περαιτέρω αντιμετώπιση του ασθενούς, έχοντας περιορίσει τόσο την επικινδυνότητα τυχόν μεταστάσεων και την απρόσκοπτη χρήση χημικοθεραπευτικών σκευασμάτων, όσο και τη νοσηρότητα που προκαλούσαν παλαιότερες χειρουργικές τεχνικές με λεμφαδενικούς καθαρισμούς και τις επιπτώσεις τους.

Ένας άλλος τομέας που έχουμε σημαντικές εξελίξεις είναι η επιμήκυνση των οστών δια της διάτασης και η χρήση των αυτόλογων αυξητικών παραγόντων. Ιδιαίτερα εντυπωσιακά είναι και τα επιστημονικά άλματα στη δημιουργία δέρματος, σε καλλιέργειες δερματικών κυττάρων του ασθενούς. Μιλάμε, δηλαδή, για τη δυνατότητα να καλύψουμε κατεστραμμένες επιφάνειες δέρματος με δέρμα του ασθενούς που έχει δημιουργηθεί εργαστηριακά. Κατά τη διάρκεια της ειδικότητας, συμμετείχα στην πρώτη προσπάθεια καλλιέργειας δέρματος στην Ελλάδα με τεχνογνωσία που είχαμε φέρει από την Ιταλία.

Τέλος, όπως έχει γίνει γνωστό, έχουν πραγματοποιηθεί με επιτυχία επεμβάσεις μεταμόσχευσης προσώπου, με μεγάλες προεκτάσεις για την εικόνα και τη λειτουργικότητα συνανθρώπων μας που διαφορετικά θα ζούσαν αποκλεισμένοι και περιθωριοποιημένοι λόγω της παραμόρφωσης.

ιατρικές υπηρεσίες για τα χρήματα που διαθέτει. Εξάλλου, θα πρέπει να επαναλάβουμε ότι οι επεμβάσεις πλαστικής χειρουργικής δεν αφορούν μόνο σε θέματα αισθητικής, αλλά και σε ζητήματα λειτουργικά.

Θεωρείτε ότι μας καταδυναστεύει η ανάγκη μιας καλής εικόνας – εμφάνισης;

Ένα άτομο ψυχικά και συναισθηματικά ισορροπημένο φροντίζει την εξωτερική του εμφάνιση με τον ίδιο τρόπο που φροντίζει τη σωματική του υγεία και κάθε άλλη σημαντική πτυχή της προσωπικότητάς του. Με τον ίδιο τρόπο που επιλέγουμε την ένδυση που μας εκφράζει ή μας εξυπηρετεί, είναι σημαντικό η εικόνα του προσώπου και

του σώματος μας να μας εκφράζει και να μας εκπροσωπεί. Συχνά, μία ατέλεια δεν είναι μόνο ένα αισθητικό πρόβλημα, αλλά συνδέεται με μια δυσλειτουργία και, άρα, τα αίτια που πρέπει να αντιμετωπιστούν δεν είναι μόνο αισθητικά, αλλά και οργανικά. Επίσης, η ποιότητα του χρόνου, μεγαλώνοντας, διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην ψυχολογία και στην ποιότητα ζωής μας. Το να μεγαλώνουμε όμορφα και με αξιοπρέπεια δεν θα πρέπει να αντιμετωπίζεται ως καταναγκασμός, αλλά ως δικαίωμα όλων μας.

Πιστεύετε ότι υπάρχει κάποιο αντικειμενικό όριο στις παρεμβάσεις που θα κάνει κάποιος, με σκοπό τη βελτίωση της εξωτερικής του εμφάνισης, ή είναι καθαρά υποκειμενικά τα κριτήρια;

Συχνά, όσον αφορά τα κριτήρια του ασθενούς και το μέγεθος των αλλαγών που θέλει να πραγματοποιήσει στην εμφάνισή του, παρατηρείται κάποιος υποκειμενισμός. Ας μην ξεχνάμε ότι δεν έχουν όλοι οι άνθρωποι τα ίδια κριτήρια για το ωραίο και την αισθητική. Αυτό, όμως, δεν πρέπει να ισχύει για εμάς τους χειρουργούς. Το πρώτο κριτήριο για εμάς είναι η υγεία και η ασφάλεια του ασθενούς και μετά οι όποιες αισθητικές παρεμβάσεις. Επιπλέον, ως Πλαστικοί Χειρουργοί οφείλουμε να ακολουθήσουμε τα φυσικά χαρακτηριστικά του ασθενούς, να βελτιώσουμε και να αναδείξουμε τα δυνατά του στοιχεία, χωρίς να παραμορφώσουμε και να αλλοιώσουμε τα ξεχωριστά χαρακτηριστικά του. Η επιτυχία μίας επέμβασης πλαστικής χειρουργικής βασίζεται στο ένα μέρος στις επιστημονικές γνώσεις και τεχνικές του χειρουργού και, σε ένα άλλο, στην αίσθηση της αρμονίας και της καλαισθησίας που διαθέτει.

Εσείς έχετε αρνηθεί να προχωρήσετε σε κάποια επέμβαση που θεωρήσατε υπερβολική ή αχρείαστη;

Συνηθίζω να λέω ότι προτιμώ να έχω ένα δυσारेστημένο ασθενή επειδή δεν τον χειρουργήσα, από έναν ευχαριστημένο ασθενή που χειρουργήσα ενώ δεν χρειαζόταν.

Ποια είναι τα πιο δύσκολα ή και επικίνδυνα σημεία παρέμβασης;

Η πλαστική και επανορθωτική χειρουργική είναι η μόνη χειρουργική ειδικότητα που χειρουργεί σε όλο το σώμα. Κάθε σημείο του προσώπου και του σώματος εμφανίζει τις δικές του δυσκολίες και τις δικές του ιδιαιτερότητες, όπως και κάθε οργανισμός το ίδιο.

Ένας έμπειρος και καταρτισμένος πλαστικός χειρουργός οφείλει να μπορεί να αντιμετωπίσει με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα όλες τις περιοχές του ανθρώπινου σώματος, ανεξάρτητα με τον βαθμό δυσκολίας που παρουσιάζουν οι επεμβάσεις, γιατί συχνά βρίσκονται σε συνάρτηση μεταξύ τους.

Ποιες είναι οι συνηθέστερες επεμβάσεις στην Ελλάδα;

Οι γυναίκες στη χώρα μας προτιμούν την αυξητική και ανόρθωση μαστών, τη ρινοπλαστική, την κοιλιοπλαστική και τη λιπογλυπτική.

Οι άντρες, από την άλλη πλευρά, καταφεύγουν πολύ συχνά σε επεμβάσεις γυναιομαστίας, ρινοπλαστικής, ωτοπλαστικής και λιπογλυπτικής.

Τέλος, μία επέμβαση που γίνεται όλο και πιο συχνά, τόσο από άντρες όσο και από γυναίκες, είναι η βλεφαροπλαστική. Ένα βλέμμα όμορφο, νεανικό, ξεκούραστο, απαλλαγμένο από την περίσσια δέρματος στα άνω βλέφαρα και τις σακούλες κάτω από τα ματιά, στολίζει ένα πρόσωπο, προσθέτοντας νεότητα και φρεσκάδα. Είναι μία επέμβαση χαμηλού κόστους, που μπορεί να επιτευχθεί ανώδυνα και με άμεσα αποτελέσματα, αφού η αποκατάσταση ολοκληρώνεται μέσα σε μία περίπου εβδομάδα.

Αν κάνουμε μια αναζήτηση στο google, θα βρούμε εκατομμύρια σελίδες για το botox. Πού οφείλεται η δημοφιλία του και πώς μπορεί κάποιος να "τα βγάλει πέρα" με την τόση υπερπληροφόρηση;

Οι ενέσιμες θεραπείες botox και υαλουρονικού οφείλουν τη δημοφιλία τους αρχικά στα άμεσα και ανώδυνα αποτελέσματα. 15 λεπτά αρκούν για να γυρίσουμε τον χρόνο πίσω. Πρέπει, όμως, να είμαστε ιδιαίτερα προσεκτικοί τόσο στο ποιος θα κάνει την εφαρμογή, όσο και το τι υλικά θα χρησιμοποιηθούν. Οι εφαρμογές που γίνονται σε έμπειρο πλαστικό χειρουργό εξασφαλίζουν στον ασθενή ότι ο ιατρός που την κάνει γνωρίζει πολύ καλά την ανατομία της περιοχής, μιας και την έχει χειρουργήσει κατ' επανάληψη. Από την άλλη, ο ασθενής εξασφαλίζει πως, οτιδήποτε και αν προκύψει, για οποιονδήποτε λόγο, ο ιατρός του θα είναι σε θέση να το αντιμετωπίσει.

Σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να εμπιστευόμαστε τις χαμηλές τιμές. Τα προϊόντα που είναι ελεγμένα από τον ΕΟΦ έχουν υψηλές τιμές. Επίσης, δεν θα πρέπει να επιτρέπετε σε μη ιατρούς να κάνουν οποιαδήποτε ενέσιμη εφαρμογή, γιατί προκύπτουν μεγάλοι κίνδυνοι για τη ζωή. Τέτοιες πρακτικές είναι παράνομες και θα πρέπει να καταγγέλλονται.

Σε ποια ηλικία περίπου ενδείκνυται για μια γυναίκα να αρχίσει να κάνει botox και με τι συχνότητα; Ισχύει το ίδιο με τους άνδρες ή υπάρχουν διαφορές;

Ένας ασθενής, είτε άνδρας είτε γυναίκα, μπορεί να ξεκινήσει ενέσιμες θεραπείες botox τη στιγμή που θα νιώσει ότι το χρειάζεται – όταν, δηλαδή, οι ρυτίδες στο μέτωπο στο μεσόφρυο και γύρω από τα μάτια αρχίσουν να τον ενοχλούν.

Δεν υπάρχει μία προκαθορισμένη βιολογική ηλικία στην οποία πρέπει να γίνονται αυτές οι παρεμβάσεις, είτε προληπτικά, είτε διορθωτικά. Οι διαφορετικές περιοχές του δέρματος και του προσώπου ακολουθούν διαφορετικούς



ρυθμούς γήρανσης και επηρεάζονται από μία σωρεία παραγόντων (κληρονομικούς, περιβαλλοντολογικούς κ.ά.). Προσωπικά πιστεύω ότι τόσο στο botox και στο υαλουρονικό, όσο και στις άλλες ενέσιμες και μη θεραπείες αντιγήρανσης, είναι καλύτερο να λειτουργούμε προληπτικά, για να διατηρήσουμε με φυσικότητα την ποιότητα του χρόνου.

Οι ρυτίδες έκφρασης με τις ρυτίδες της ηλικίας χρήζουν διαφορετικής αντιμετώπισης;

Προσωπικά μου αρέσουν οι ρυτίδες έκφρασης και συχνά αποτρέπω την εξάλειψή τους, γιατί προσθέτουν στην προσωπική μας γοητεία. Έτσι, αντί να τις αφαιρέσω, συνήθως προτιμώ μόνο να τις μετριάζω.

Η φύση και τα χαρακτηριστικά των ρυτίδων έκφρασης και εκείνων της ηλικίας έχουν δομικές διαφορές και, κατ' επέκταση, χρήζουν διαφορετικής αντιμετώπισης.

Οι ρυτίδες έκφρασης, ή αλλιώς κινητικές ή δυναμικές ρυτίδες, δημιουργούνται από τη σύσπαση των μυών. Αυτό συμβαίνει όταν κάνουμε γκριμάτσες ή όταν χαμογελάμε, όταν δηλαδή μέσω της έκφρασης ενεργοποιούμε τους μυς περιοχών του προσώπου. Όταν το πρόσωπο είναι ακίνητο και οι μύες δεν έχουν κάποια δραστηριοποίηση, οι ρυτίδες αυτές εξαφανίζονται. Αυτός ο τύπος ρυτίδων αντιμετωπίζεται με την εφαρμογή botox.

Αντίθετα, οι ρυτίδες που παραμένουν στο πρόσωπό μας, ακόμα και όταν αυτό είναι ακίνητο και ήρεμο, ονομάζονται στατικές. Είναι οι γνωστές και ενοχλητικές σε όλους μας ρυτίδες της ηλικίας. Με τις συνεχείς συσπάσεις των μυών κατά την έκφραση του προσώπου, το υποδόριο λίπος είτε μετατοπίζεται είτε καταστρέφεται, με αποτέλεσμα να δημιουργείται στη θέση αυτού του ιστού ένα κενό, μέσα

στο οποίο καθλώνεται το δέρμα, δημιουργώντας μια εισολκή, τη γνωστή σε όλους "ρυτίδα", και αντιμετωπίζονται με εφαρμογή υαλουρονικού οξέος.

Botox και υαλουρονικό: Ποια η διαφορά τους σε επίπεδο αποτελεσμάτων; Ενδείκνυνται και τα δύο για όλες τις ηλικίες και όλες τις περιπτώσεις;

Το botox είναι μια φυσική, επεξεργασμένη πρωτεΐνη, η οποία δρα επάνω στον μυ, αναστέλλοντας τη μετάδοση του νευρικού ερεθίσματος και εμποδίζοντας τις συσπάσεις. Οι περιοχές του προσώπου στις οποίες το botox βρίσκει εφαρμογή είναι: το μέτωπο, τα βλέφαρα (όταν υπάρχει βλεφαρόσπασμος), η περιοχή γύρω από τα μάτια (πόδι της χήνας) και, σε κάποιες περιπτώσεις, ο λαιμός. Απευθύνεται σε γυναίκες και άνδρες ανεξαρτήτως ηλικίας που προβληματίζονται με τις ρυτίδες έκφρασης και κούρασης του προσώπου τους και επιθυμούν την εξομάλυνσή τους.

Η δράση της μεθόδου δεν είναι ισόβια, ωστόσο διαρκεί για αρκετά μεγάλο χρονικό διάστημα, το οποίο κυμαίνεται περίπου στους έξι μήνες. Μπορεί, όμως, λόγω της εκπαίδευσης του μετωπιαίου μυός να διαρκέσει για χρόνια, μετά το πέρας της δράσης του φαρμάκου, ανάλογα με το πόσο υπερκινητικοί η όχι είναι οι μύες, στους οποίους εφαρμόστηκε η θεραπεία, και το πόσο γνώστης της ανατομίας της περιοχής είναι ο ιατρός.

Το υαλουρονικό οξύ είναι δομικό συστατικό του κολλαγόνου των ιστών, σε όλους τους ζωντανούς οργανισμούς, το οποίο προσδίδει στους ιστούς ελαστικότητα και σφριγηλότητα. Εγχύεται ακριβώς κάτω από την επιδερμίδα, με στόχο τη διόρθωση, το "γέμισμα" των ρυτίδων και την αποκατάσταση του όγκου του προσώπου.

Το υαλουρονικό χρησιμοποιείται για τη διόρθωση:

των ρυτίδων της γωνίας του στόματος, μετώπου, προσώπου, μεσόφρυου, των ρινοπαρειικών αυλάκων, του περιγράμματος και του όγκου των χειλιών, του περιγράμματος του προσώπου, του περιγράμματος της μύτης (σε κάποιες περιπτώσεις αντικαθιστά ακόμα και το χειρουργείο), του σχήματος μιας περιοχής ή ενός οργάνου, όπως είναι το πέος, τα γυναικεία εξωτερικά γεννητικά όργανα, οι γλουτοί, οι μαστοί κ.ά. Η διάρκειά του δεν είναι μόνιμη, καθώς βιοδιασπάται φυσιολογικά, ωστόσο έχει αρκετά μεγάλη διάρκεια, ενάμιση χρόνο περίπου, ανάλογα βεβαίως με την ηλικία του ατόμου και τη φύση του προβλήματος.

Υπάρχει κάποια περίοδος που καταγράφεται αυξημένη προσέλευση στον πλαστικό; Λίγο πριν το καλοκαίρι, για παράδειγμα;

Είναι χαρακτηριστικό μας ως λαός να αφήνουμε πράγματα για την τελευταία στιγμή. Λίγο πριν το καλοκαίρι και την εμφάνιση στην παραλία είναι αλήθεια ότι τόσο οι γυναίκες, όσο και οι άντρες, αρχίζουν να ανησυχούν για την κοιλιά, το στήθος τους ή τα επιπλέον παχάκια στους μηρούς ή γύρω από τη μέση. Οι νέες ατραυματικές και αναίμακτες χειρουργικές τεχνικές επιτρέπουν στον ασθενή την άμεση κινητοποίησή του, λίγες μέρες μετά την επέμβαση, και την επιστροφή στις καθημερινές του δραστηριότητες. Έτσι, ακόμα και λίγες βδομάδες πριν τις καλοκαιρινές διακοπές, υπάρχει το περιθώριο για επεμβάσεις, όπως η ανόρθωση στήθους, η γυναιομαστία, η κοιλιοπλαστική και η λιπογλυπτική σώματος.

Υπάρχουν, φυσικά, και οι περιπτώσεις που δεν χρήζουν χειρουργικής αντιμετώπισης ή αυτή δεν είναι επιθυμητή από τον ασθενή. Στις περιπτώσεις αυτές, εφαρμογές με ιατρικά μηχανήματα, σε συνδυασμό με σωστή διατροφή και άθληση, είναι δυνατόν να δώσουν ικανοποιητικά αποτελέσματα, τα οποία απαιτούν μεγαλύτερους χρόνους για να γίνουν εμφανή.

Υπάρχουν βέβαια και οι περιπτώσεις ασθενών που απευθύνονται σε εμάς λίγο πριν από μια σημαντική στιγμή στη ζωή τους, όπως ο γάμος, ο δικός τους ή προσφιλών τους προσώπων, και επιθυμούν να εμφανιστούν λαμπεροί και ανανεωμένοι, επιλέγοντας είτε μια επέμβαση αισθητικής φύσης είτε μια σειρά στοχευμένων και εξατομικευμένων θεραπειών με προϊόντα και ιατρικά μηχανήματα.

Να μιλήσουμε λίγο και για την "Ευμορφία".

Τι ακριβώς είναι και πού απευθύνεται;

Η πολύχρονη ενασχόληση και εμπειρία μου ως Πλαστικός και Επανορθωτικός Χειρουργός, η συμμετοχή μου σε επιστημονικές ομάδες αντιμετώπισης της παχυσαρκίας, αλλά, κυρίως, η ανάγκη μου ως γιατρός και ως άνθρωπος να βρίσκομαι κοντά στους ασθενείς μου και να αφουγκράζομαι

τις ανάγκες, τους φόβους και τις προσδοκίες τους, με βοήθησαν να συνειδητοποιήσω ότι ένα τόσο περίπλοκο και πολυδιάστατο πρόβλημα, όπως αυτό της παχυσαρκίας, δεν μπορεί να αντιμετωπιστεί μεμονωμένα και μονοδιάστατα. Απαιτεί τη συνεργασία πολλών και διαφορετικών ειδικοτήτων που άπτονται του χώρου της Υγείας, σωματικής και ψυχικής, και, κυρίως, την εξατομικευμένη προσέγγιση κάθε ασθενούς. Για τους λόγους αυτούς, δημιούργησα στο ιατρείο μου ένα πρωτοποριακό ιατρικό πρόγραμμα, με το όνομα "Ευμορφία", που αφορά το σύνολο των ιατρικών υπηρεσιών Πλαστικής και Αισθητικής Χειρουργικής για την ολιστική αντιμετώπιση των ιατρικών και αισθητικών προβλημάτων, τοπικού ή ολικού πάχους και την αδυναμία απώλειας βάρους.

Είναι σημαντικό οι άνθρωποι αυτοί να αναζητούν την κατάλληλη βοήθεια για την αντιμετώπιση του προβλήματος, τόσο για τη σωματική όσο και για την ψυχική τους υγεία. Πόσο εύκολα, όμως, παίρνουν αυτή την απόφαση;

Κάθε απόφαση που καλούμαστε να πάρουμε για μία σημαντική αλλαγή στη ζωή μας έχει ένα βαθμό δυσκολίας, μικρότερο ή μεγαλύτερο, ανάλογα με την περίπτωση και, κυρίως, με τον βαθμό δυσκολίας και επικινδυνότητας που ίσως παρουσιάζει.

Προσωπικά, πρώτο μου μέλημα είναι η εξασφάλιση της λειτουργικότητας και της μείωσης των πιθανών κινδύνων. Πριν από κάθε επέμβαση, οφείλουμε να ενημερώσουμε με κάθε λεπτομέρεια τον ασθενή για το προσδοκώμενο αποτέλεσμα και να τον βοηθήσουμε να αποφασίσει αν πραγματικά θέλει να προχωρήσει σε αυτή.

Στην "Ευμορφία", υπό το πρίσμα της ολιστικής αντιμετώπισης του ασθενούς, δίνουμε ιδιαίτερη σημασία στην ψυχολογική και ψυχοκοινωνική υποστήριξη όσων απευθύνονται σε εμάς, είτε πρόκειται για κάποιο διατροφικό πλάνο, είτε για την επιλογή κάποιων μη επεμβατικών θεραπειών, και, φυσικά, όταν τελικά επιλεγεί ένα χειρουργείο πλαστικής αντιμετώπισης της παχυσαρκίας ή το κατάλληλο, για αυτόν, βαριατρικό χειρουργείο.

Επιπλέον, είναι σημαντικό ο ασθενής να υποστηριχθεί και να προετοιμαστεί ψυχολογικά για τις επερχόμενες αλλαγές. Οι στόχοι που τίθενται είναι απαραίτητο να είναι ρεαλιστικοί και προσαρμοσμένοι στα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και τις ανάγκες του ίδιου του ασθενούς. Τέλος, το πιο σημαντικό από όλα είναι η τελική απόφαση να προέρχεται από την επιθυμία και την ανάγκη του ίδιου του ασθενούς, και όχι να είναι αποτέλεσμα πίεσης του οικογενειακού ή κοινωνικού του περιβάλλοντος. Να πηγάει από την ανάγκη του για φροντίδα του εαυτού του, και όχι από την επιθυμία του να γίνει αποδεκτός ή αγαπητός από τους γύρω του.