



ευμορφία enmorphia

Νεκτάριος Α. Κουντουράκης
ΠΛΑΣΤΙΚΟΣ & ΕΠΑΝΟΡΘΩΤΙΚΟΣ ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ

Για να αλλάξει μια ζωή αρκεί μία απόφαση!

Είμαστε για μία ακόμα φορά μαζί με τον Πλαστικό και Επανορθωτικό Χειρουργό Νεκτάριο Κουντουράκη, επιστημονικό υπεύθυνο του Ιατρικού Προγράμματος «ευμορφία» και θα μιλήσουμε για την πλαστική χειρουργική της παχυσαρκίας. Μαζί μας είναι όμως και ένας από τους ασθενείς του, που υποβλήθηκε πρόσφατα σε επέμβαση αφαίρεσης λίπους από την περιοχή της κοιλιάς.

Μιλήστε μας για το πρόβλημα που αντιμετωπίζατε και για ποιους λόγους αποφασίσατε να προχωρήσετε σε μία τέτοια επέμβαση.

Είμαι 47 ετών και πριν την επέμβαση ζύγιζα 135 κιλά περίπου με ύψος 1,71. Αποφάσισα να προχωρήσω σε κοιλιοπλαστική γιατί δεν αισθανόμουν καθόλου καλά με όλο αυτό το βάρος που κουβαλούσα, συσσωρευμένο στην κοιλιά το οποίο και μου είχε προκαλέσει σοβαρά προβλήματα υγείας. Είχα ζάχαρο, 850-900, είχα πίεση που έφτανε μέχρι και 24, και λόγω του πάχους μου έχω χάσει και το ένα νεφρό, έχω υποβληθεί σε νεφροτομή. Είχα προβλήματα στην καθημερινή μου ζωή, να πάω τουαλέτα, να περπατήσω, και φυσικά είχα πρόβλημα στη δουλειά μου. Ήθελα να έχω επιτέλους τη ζωή ενός κανονικού ανθρώπου.

Πόσο εύκολη ήταν για σας αυτή η απόφαση;

Καθόλου εύκολη, το σκεφτόμουν για χρόνια και είχα απευθυνθεί σε πολλούς γιατρούς. Οι περισσότεροι δεν με αναλάμβαναν, λόγω των προβλημάτων υγείας που είχα, ενώ κάποιοι άλλοι δεν με έπαισαν για τις ικανότητες τους, αφού έδειχναν να μην αντιλαμβάνονται τη σοβαρότητα της κατάστασης μου. Αντίθετα στην ομάδα της «ευμορφίας» βρήκα ακριβώς αυτό που έψαχνα. Οι γιατροί που με χειρουργήσαν, ο κ. Κουντουράκης που μου έφτιαξε την γιγάντια κρεμάμενη κοιλιά και ο κ. Νιάκας που μου έφτιαξε την ομφαλοκήλη, αλλά και οι άλλοι γιατροί της ομάδας, μελέτησαν προσεκτικά την περίπτωση μου, με άκουσαν και μου εξήγησαν με λεπτομέρειες πως ακριβώς θα αντιμετωπίζαν την κατάσταση μου, ποιες ήταν οι δυσκολίες και τι ακριβώς επρόκειτο να συμβεί. Για μένα ήταν σημαντικό ότι θα με φρόντιζε και θα με υποστήριζε μία ολόκληρη ομάδα, πριν και μετά την επέμβαση, τόσο στο ιατρικό κομμάτι όσο και στο ψυχολογικό.

Πριν από το χειρουργείο η αλήθεια είναι ότι είχα πολλές σκέψεις, είχα φυσικά αγωνία αλλά και αρκετό φόβο. Είχα όμως και εμπιστοσύνη στους γιατρούς μου. Ήθελα να κερδίσω τη ζωή μου πίσω, να χαρώ πράγματα που πριν δεν είχα τη δυνατότητα. Σκεφτόμουν ότι μετά το χειρουργείο θα πάω βόλτα με τα παιδιά μου, που πριν ούτε αυτό δεν μπορούσα, και αυτό μου έδωσε δύναμη.

Είδαμε πριν, σε ένα βίντεο που είχε τραβηχτεί πριν το χειρουργείο ότι δεν είχατε πρόβλημα να φαίνεται το πρόσωπο σας, ή να πείτε το όνομα σας, και επίσης δεχθήκατε πρόθυμα να μιλήσετε και σε εμάς, γιατί το κάνατε αυτό;

Ξέρω ότι δεν είμαι ο μόνος που είχε τέτοιο πρόβλημα, υπάρχουν και άλλοι που έχουν το ίδιο ή και μεγαλύτερο. Θέλω να μοιραστώ την εμπειρία μου για να βοηθήσω και άλλους ανθρώπους και να τους πω ότι υπάρχει λύση, και ότι όπως τα κατάφερα εγώ μπορούν να τα καταφέρουν και εκείνοι, αρκεί να το πάρουν απόφαση.

Είναι εντυπωσιακό ότι μόλις έξι μέρες μετά από το χειρουργείο και από ότι βλέπω κινήσατε κανονικά χωρίς πρόβλημα. Τελικά ήταν επώδυνη εμπειρία;

Μετά το χειρουργείο έμεινα στην εντατική για τρεις μέρες, προληπτικά, εξαιτίας των προβλημάτων υγείας που σας είπα ότι είχα. Αυτό ήταν το πιο δύσκολο, γιατί όλες αυτές τις μέρες, μπορούσα να σηκωθώ, περπατήσω την πρώτη κιόλας μέρα, δεν είχα καθόλου πόνο, και στην πραγματικότητα αισθανόμουν πολύ καλά στην υγεία μου. Η ώρα δεν πενούσε καθόλου εύκολα και μετρούσα τα λεπτά για να βγω. Έμεινα άλλες δύο μέρες μετά από την εντατική στην κλινική για παρακολούθηση του σακχάρου μου και έπειτα πήγα επιτέλους σπίτι μου και στα παιδιά μου. Τώρα έχω ζάχαρο 120 και πίεση 12, είμαι λίγο πάνω από 100 κιλά, και όλοι όσοι με βλέπουν να βγαίνω βόλτα στη γειτονιά μου με τα παιδιά μου, δεν μπορούν πραγματικά να το πιστέψουν. Σχεδόν δεν με αναγνωρίζουν. Έχω πια μία νέα ζωή και ευχαριστώ για αυτό τους γιατρούς μου.

Κοιτώντας τις φωτογραφίες από το πριν και το μετά το χειρουργείο, μας κάνει εντύπωση το πώς ήταν κατανεμημένο το πάχος στον ασθενή, ουσιαστικά ήταν μόνο στην περιοχή της κοιλιάς και φυσικά το πόσο μεγάλη αλλαγή έχει έξι μέρες μόνο μετά. Πόσα κιλά λίπους αφαιρέθηκαν;
Ναι, τα περισσότερα κιλά λίπους στο σώμα του, ήταν όντως αποθηκευμένα στην κοιλιά του. Συνολικά του αφαιρέθηκαν εικοσιπέντε κιλά καθαρού λίπους και δέρματος, που στο σώμα του, με τα υγρά, ζύγιζαν πολλά κιλά περισσότερο. Κιλά τα οποία τα κουβαλούσε συνέχεια...

Πείτε μας τις δυσκολίες και τους κινδύνους μιας τέτοιας επέμβασης, με αυτά τα χαρακτηριστικά.

Πέρα από την δυσκολία του χειρουργείου αυτού καθαυτού, συνυπήρχαν και άλλα προβλήματα υγείας, όπως αναφέρθηκε πριν. Ένας ασθενής με αρρυθμισμό ζάχαρο, με ένα νεφρό, με σκληρόδεσμα και με πίεση ανεξέλεγκτη, αντιλαμβάνεστε ότι δημιουργούν ένα συνδυασμό πολύ επικίνδυνο. Το θέμα είναι ότι ο ασθενής δεν είχε πια αλλά περιθώρια, δεν θα πήγαινε μακριά με όλα αυτά τα προβλήματα.

Για ποιους λόγους επιλέχθηκε το συγκεκριμένο είδος επέμβασης και όχι κάποια από τις συνήθεις τεχνικές για αντιμετώπιση της παχυσαρκίας όπως το γαστρικό bypass, sleeve, δακτύλιος κτλ;

Στην προκειμένη περίπτωση ο ασθενής δεν είχε περιθώρια να υποστεί ένα βαρυστατικό χειρουργείο και να περιμένει μετά να χάσει τα κιλά του. Κάθε ασθενής είναι διαφορετικός σε κάποιες περιπτώσεις που υπάρχει συσσωρευμένο πάχος στους μηρούς, μπορεί να χρειαστεί να κάνω ανακουφιστικό χειρουργείο για να μπορούν να περπατούν και να βοηθηθούν έτσι ώστε να δραστηριοποιηθούν και να



ΠΡΙΝ



ΕΞΙ ΜΕΡΕΣ ΜΕΤΑ
ΤΟ ΧΕΙΡΟΥΡΓΕΙΟ



ενεργοποιήσουν τον μεταβολισμό τους. Στην προκρινόμενη περίπτωση ο ασθενής είχε σοβαρά λειτουργικά προβλήματα, με όλο αυτό το συσσωρευμένο λίπος στην κοιλιακή χώρα, και όπως αντιλαμβάνεστε, ακόμα και αν το έκανε όλο το λίπος στην περιοχή της κοιλιάς (πράγμα αδύνατον), δεν θα έλυσε όλα τα λειτουργικά του θέματα. Θα παρέμενε το δέρμα και τα άδεια λιποκύτταρα να κρέμονται στην περιοχή αυτή. Η κοιλιά έπρεπε να φύγει ούτως ή άλλως.

Μας είπε ο ασθενής ότι πολλοί ήταν οι γιατροί που αρνήθηκαν να τον χειρουργήσουν από το φόβο ανάληψης της ευθύνης μιας τέτοιας επέμβασης. Για ποιους λόγους και με ποια κριτήρια εσείς δεχθήκατε να τον χειρουργήσετε γιατρέ;

Ξέρετε ασχολούμαι ως Πλαστικός και Επανορθωτικός χειρουργός με την Παθολογία Παχυσαρκία εδώ και πολλά χρόνια, έχω εκπαιδευτεί πάνω σε αυτό, και η περίπτωση του Θεοφίλου δεν είναι η χειρότερη από αυτές που έχω αντιμετωπίσει. Έχω αφαιρέσει μέχρι και 45 κιλά, σε άλλη κοιλιοπλαστική, μιας γυναίκας πριν χρόνια. Έπρεπε να σωθεί η ζωή της και σώθηκε, όπως και του Θεοφίλου!

Τι είναι η ευμορφία γιατρέ, πείτε μας δυο λόγια.

Χρόνια τώρα βλέπω παραμελημένους ανθρώπους που έχασαν κιλά και κρέμασαν μετά από βαρυστατική χειρουργία, από εξαντλητικές δίαιτες ή που δεν έχουν χάσει τα κιλά τους, όπως ο φίλος μας, και δεν μπορούν να λειτουργήσουν στις καθημερινές τους ανάγκες. Έτσι δημιουργήσα αυτό το πρωτοποριακό ιατρικό πρόγραμμα την «ευμορφία» που βασίζεται στην πλαστική χειρουργική και έχει ως στόχο την «εύμορφη» αποκατάσταση των ανθρώπων με πολλά κιλά και όχι μόνο! Έχω φτιάξει μια ομάδα από ιατρούς όλων των ειδικοτήτων, αλλά και με κοινωνιολόγο, ψυχολόγους, διατροφολόγους, αισθητικούς, νοσηλευτές κ.α., όπου ο καθένας από την σκοπιά του μπορεί και βοηθάει, υπό την επιστημονική μου επιμέλεια, τους ανθρώπους με προβλήματα πάχους και τοπικού και μη.

Ευχαριστούμε πολύ γιατρέ για την ενημέρωση.

Και εγώ σας ευχαριστώ. Καλό καλοκαίρι σε εσάς και τους αναγνώστες σας!



Νεκτάριος Α. Κουντουράκης
Επιστημονικός Υπεύθυνος Ιατρικού
Προγράμματος «ευμορφία»
Σαρανταπόρου 1 & Πατισίων 335
Τηλ./Fax: 210 22 35410 - 69 4439 1229
www.dudulakis.com