



Dr Konrad Kochan

Lekarz chirurgii plastycznej i medycyny estetycznej, absolwent PAM z wyróżnieniem oraz stypendysta Ministra Zdrowia prof. Zbigniewa Religi. Od 2012 roku chirurgią plastyczną i medycyną estetyczną. Doświadczenie zdobywał w Polsce i za granicą, m.in. we Włoszech i Paryżu. Był wykładowcą i doktorantem WUM, autorem publikacji naukowych oraz uczestnikiem licznych kursów i kongresów branżowych. Specjalizuje się w medycynie estetycznej twarzy, chirurgii piersi, plastyce brzucha, liposukcji i modelowaniu sylwetki. Związany z DR SZCZYT CHIRURGIA PLASTYCZNA.

Zabiegi łączone

NOWOCZESNA CHIRURGIA PLASTYCZNA W DUCHU „QUIET LUXURY”

Jedna operacja, kompleksowy efekt i krótszy czas wyłączenia z codziennego życia — zabiegi łączone odpowiadają dziś nie tylko na potrzeby estetyczne, ale także na tempo współczesnego życia. W nowoczesnej chirurgii plastycznej liczy się przede wszystkim naturalność i długofalowe podejście do starzenia.

Rozmawia Magdalena Mikołajczyk

Zabiegi łączone stają się dziś jednym z wyraźniejszych trendów w chirurgii plastycznej. Które konfiguracje procedur wykonuje Pan najczęściej i z czego wynika ich rosnąca popularność?

To przede wszystkim odpowiedź na zmieniające się oczekiwania pacjentów oraz ewolucję samej chirurgii plastycznej. Dziś coraz rzadziej koncentrujemy się wyłącznie na jednym problemie estetycznym, ale patrzymy całościowo, zarówno na twarz, jak i sylwetkę. Pacjenci oczekują harmonijnego, proporcjonalnego efektu oraz jednej rekonwalescencji zamiast kilku oddzielnych etapów leczenia. Najczęściej wykonywaną procedurą łączoną pozostaje tzw. mommy makeover, czyli połączenie plastyki brzucha z chirurgią piersi — najczęściej augmentacją, liftingiem lub redukcją. To rozwiązanie szczególnie popularne wśród kobiet po ciąży, które chcą odzyskać proporcje sylwetki sprzed macierzyństwa. Drugą dużą grupę stanowią zabiegi wykonywane w obrębie twarzy. Bardzo często łączymy lifting twarzy z plastyką powiek, liftingiem szyi, liftingiem brwi czy lipotransferem. Takie podejście pozwala uzyskać efekt kompleksowego odmłodzenia i zachować spójność estetyczną całej twarzy, zamiast poprawiać jedynie pojedynczy obszar.”

Czy można powiedzieć, że zabiegi łączone są także odpowiedzią na tempo współczesnego życia?

Zdecydowanie tak. Pacjentki coraz bardziej świadomie podchodzą do planowania zabiegów. W przypadku operacji twarzy ogromne znaczenie ma możliwość przejścia jednej rekonwalescencji. Gdybyśmy osobno wykonywali plastykę powiek,

a kilka miesięcy później lifting twarzy, pacjentka dwukrotnie przechodziłaby okres wyłączenia z życia zawodowego i towarzyskiego. Zabiegi łączone pozwalają ten proces uporządkować i znacząco skrócić.

W przypadku operacji sylwetki przygotowanie jest bardziej wymagające. Kluczowe znaczenie ma odpowiednia masa ciała, dobra kondycja organizmu oraz stabilizacja wagi przed zabiegiem. Coraz częściej obserwujemy również pacjentki po dużej utracie masy ciała, także w związku z popularnością nowoczesnych terapii odchudzających. W takich sytuacjach chirurgia plastyczna bardzo często staje się naturalnym etapem kończącym proces metamorfozy sylwetki.

Nie bez znaczenia są chyba także trendy panujące obecnie zarówno w obszarze medycyny estetycznej, jak i nowoczesnej chirurgii plastycznej?

Z pewnością w tej chwili najważniejszym trendem jest dziś filozofia longevity. W chirurgii plastycznej odnosi się ona przede wszystkim do trwałości efektów, bezpieczeństwa oraz jakości starzenia się, a nie wyłącznie do krótkoterminowych rezultatów estetycznych. Pacjenci coraz rzadziej oczekują drastycznych zmian i spektakularnych metamorfoz. Obecnie zależy im przede wszystkim na subtelnych, eleganckich poprawach, które zachowują naturalne proporcje twarzy i ciała. Coraz większą rolę odgrywają również zabiegi regeneracyjne oraz wieloetapowe, świadome podejście do procesu starzenia. Współczesną chirurgię plastyczną na nowo definiuje także inny, niezwykle ważny trend „quiet luxury”. Jeszcze kilka lat temu dominowała moda na bardzo wyraźne efekty i mocne ingerencje. Dziś pacjentki oczekują naturalności, świeżości i harmonii. Chcą wyglądać młodziej, ale nadal jak one same. Nowoczesna chirurgia plastyczna opiera się obecnie na chirurgicznej elegancji i poszanowaniu własnych tkanek. Zabiegi chirurgiczne zapewniają trwałe zmiany strukturalne, ale efekt pozostaje naturalny i nieprzerysowany nawet po wielu latach. Deep plane face lifting, plastyka powiek, powiększanie piersi, lifting piersi, pomniejszanie piersi czy abdominoplastyka wykonywane są dziś z dużo większą dbałością o anatomię, proporcje oraz indywidualne cechy pacjenta. Coraz częściej odchodzimy także od bardzo dużych implantów czy przesadnie napiętych twarzy. Współczesny luksus polega na tym, że efekt chirurgii pozostaje niemal niewidoczny dla otoczenia. Po prostu widzimy zdrowo wyglądającą, wypoczętą osobę, a nie sam zabieg.

Czy medycyna estetyczna nadal odgrywa ważną rolę w nowoczesnym podejściu do odmładzania?

Oczywiście. Medycyna estetyczna i chirurgia plastyczna nie konkurują ze sobą, ale wzajemnie się uzupełniają. Zabiegi takie jak mezoterapia, laseroterapia, peelingi czy mikronakłuwanie poprawiają jakość skóry, wspierają regenerację tkanek i stanowią bardzo ważny element profilaktyki przeciwstarzeniowej. Chirurgia natomiast odpowiada za trwałe zmiany strukturalne. Kluczowe znaczenie we wszystkim ma jednak umiar i odpowiednie planowanie terapii. Współczesna estetyka odchodzi od nadmiernego modelowania twarzy czy przesadnego wypełniania objętości. Naturalność staje się dziś najważniejszym kierunkiem całej branży beauty i medycyny estetycznej.

Zabiegi łączone są bardziej rozbudowane i trwają dłużej. Czy współczesna medycyna pozwala przeprowadzać je bezpiecznie?

Mamy dziś znacznie większe możliwości niż jeszcze kilkanaście lat temu. Ogromny postęp nastąpił zarówno w zakresie technik operacyjnych, anestezjologii, jak i monitorowania pacjenta podczas zabiegu. Dzięki temu możemy bezpiecznie wykonywać nawet wielogodzinne operacje łączone. Kluczowe znaczenie ma jednak odpowiednia kwalifikacja pacjenta, doświadczenie zespołu operacyjnego i właściwe przygotowanie okołoperacyjne. Bardzo dokładnie analizujemy stan zdrowia, wyniki badań i ogólną kondycję organizmu. Staramy się, aby zabiegi łączone trwały maksymalnie około pięciu godzin, ponieważ jest to czas pozwalający zachować najwyższe standardy bezpieczeństwa oraz komfortu pacjenta.



Jak wygląda rekonwalescencja po zabiegach łączonych?

Największy dyskomfort pojawia się zwykle w ciągu pierwszych trzech dni po operacji. Po tygodniu większość pacjentek wraca już do codziennego funkcjonowania, choć pełna regeneracja organizmu wymaga kilku tygodni. Ostateczny efekt oceniamy zazwyczaj po trzech do sześciu miesiącach. Ogromne znaczenie ma również fizjoterapia pooperacyjna. Odpowiednia rehabilitacja pomaga zmniejszyć obrzęki, przyspiesza gojenie i poprawia komfort pacjenta w pierwszych tygodniach po zabiegu.

Co dziś w największym stopniu wpływa na trwałość efektów chirurgii plastycznej?

Ogromny wpływ ma codzienna profilaktyka przeciwstarzeniowa. Nawet najlepiej wykonany zabieg wymaga odpowiedniego stylu życia i świadomej pielęgnacji. Kluczowe znaczenie ma ochrona przeciwsłoneczna i stosowanie wysokich filtrów

UV. Bardzo ważna jest także stabilna masa ciała, ponieważ jej gwałtowne wahania wpływają na kondycję skóry i tkanek. Nie bez znaczenia pozostaje styl życia – palenie tytoniu, nadużywanie alkoholu oraz nieodpowiednia dieta przyspieszają degradację kolagenu i pogarszają jakość skóry. Współczesna chirurgia plastyczna coraz wyraźniej odchodzi więc od jednorazowych, spektakularnych metamorfoz. Dziś najważniejsze są naturalność, bezpieczeństwo i długofalowe podejście do procesu starzenia się. To właśnie jest prawdziwa filozofia longevity.