प्रहार ४
मुंबई, सोमवार, २७ ऑगस्ट २०१८

भार कमी करा !

मानसिकदृष्ट्या खूप मोठे स्तन असणे किंवा ते अप्रमाणबद्ध असणे यामुळे अवघडलेपण येऊ शकते व तो चेष्टेचा विषय बनू शकतो. आरामदायक कपडे घालणे आणि कसरतीच्या काही प्रकारांसह रोजच्या कामांच्या संदर्भात देखील ते खूप मर्यादा घालणारे ठरू शकते. स्तनांच्या अशा अतिवृद्धीसाठी काही निश्चित कारणे नसतात आणि कोणत्याही वयात हे घडू शकते. विशेषतः वयात येताना, गरोदरपणात आणि आपल्या बाळाला स्तनपान देण्याच्या काळात घडू शकते. प्लास्टिक सर्जरी करवून घेऊ इच्छिणाऱ्या व्यक्तींसाठी सर्वात जास्त प्रमाणात यशस्वी आणि समाधानकारक अशा शस्त्रक्रियांपैकी एक आहे - रिडक्शन मॅमोप्लास्टी किंवा ब्रेस्ट रिडक्शन. यामध्ये स्तनातील अतिरिक्त ऊती, मेद आणि त्वचा दूर करणे आणि त्यातील संवेदना कायम राखून स्तनाच्या उंचवठ्याला सौंदर्यशास्त्रानुसार चांगला दिसणारा आकार देणे हेही सामील असते.

पहिल्या कन्सल्टेशनमधून कसली अपेक्षा करावी?

प्लास्टिक सर्जन मुख्य तक्रारी आणि पुरळ किंवा व्रणांसारखी शारीरिक लक्षणे नोंदून घेतो. तुमच्या अपेक्षा काय आहेत हे तुमच्या सर्जनला सांगा. योग्य संमती घेतल्यानंतर मानक छायाचित्रे घेतली पाहिजेत. ज्यांचा उपयोग ऑपरेशनदरम्यान व त्यानंतर मार्गदर्शक साधन म्हणून होतो. काही असमानता असल्यास ती तुम्हाला दाखवून त्याबद्दल तुमच्याशी चर्चा करण्यात येईल. हे आरशासमोर किंवा कम्प्युटरवर करणे अधिक हितावह आहे.

शस्त्रक्रियेसाठी तयारी

वैद्यकीय मूल्यमापन करून घ्या आणि कोणती औषधे घेतली पाहिजेत हे नक्की करा. बदल नोंदण्यासाठी शस्त्रक्रियेपूर्वी एक आधारभूत मेमोग्राम काढा आणि रूज आल्यानंतर पुन्हा काढा. शस्त्रक्रियेपूर्वी कमीत कमी ४ आठवड्या अगोदरपासून धूम्रपान करणे थांबवा. ॲस्पिरीन, ॲंटी-इन्फ्लेमेटरी औषधे आणि हर्बल पुरके घेण्याचे टाळा कारण त्यामुळे रक्तस्राव वाढू शकतो.

कोणकोणते सर्जिकल पर्याय आहेत?

प्लास्टिक सर्जन सर्जरी करण्यापूर्वी स्तनांची मापे घेईल आणि आवश्यक त्या खुणा स्तनांवर करेल. ही प्रक्रिया जनरल अनेस्थेशियाच्या अंमलाखाली होते. स्तनाचा प्रकार आणि शिथिल त्वचेच्या प्रमाणानुसार टेकनिक (पेरियरेओलर, लॉलीपॉप किंवा ॲंकर शेप्ड) बदलतात, पण ॲंकरच्या आकाराचा चिरा सर्वात सामान्य आहे. शस्त्रक्रियेचा उद्देश असतो, स्तनाचा आकार कमी करणे, ते वरच्या बाजूला उचलणे आणि त्यास सुडौल आकार देणे.

चिऱ्याच्या ज्या खुणा राहतात, त्या दृश्य असतात व कायमीस्वरूपी असतात; परंतु, त्या सामान्यतः स्विमसूट किंवा ब्रामध्ये झाकल्या जातात. लायपोसक्शनचे काम थोडेच असते. बहुतांशी केसेसमध्ये स्तनाग्रे आणि आरिओला (स्तनमंडल) स्तन वरच्या बाजूस पुन्हा सेट केल्यानंतर त्याच्यासोबतच हलतात. पण, जेव्हा रिडक्शन खूप मोठे असते, तेव्हा स्तनाग्रे आणि स्तनमंडल पूर्णपणे काढून ती मग ठिगळासारखी चिकटवली जातात. यामुळे स्तनाग्रांची संवेदनशीलता बदलू शकते.

सर्जरीनंतर काय होऊ शकते?

काही दिवस तुम्हाला चिरेचे ड्रेसिंग करावे लागेल व आधारासाठी एक ब्रेसीयर लागेल. बहुतांशी वेळा ड्रेन (रक्त काढून टाकण्यासाठीची लहान नळी)ची गरज लागत नाही. काही दिवसांसाठी ॲंटीबायोटिक्स आणि वेदनाशामक औषधे दिली जाऊ शकतात. चिरेची जखम भरून येत नाही, तोपर्यंत (अंदाजे दोन आठवडे) जड वस्तू उचलण्याचे आणि हात आजूबाजूला हलवण्याचे टाळले पाहिजे. चिरेची जखम भरून आल्यानंतर प्रोफीलॅक्टिक स्कार उपचार सुरू केले पाहिजेत. १-२ महिने अंडरवायर्ड ब्रेसीयर न घालणे हितावह आहे.

संभाव्य धोके : इन्फेक्शन, हेमाटोमा, स्तनाचा उंचवठा आणि आकार यात अनियमितता, स्तनाग्रे आणि स्तनमंडल यांच्या संवेदनशीलतेत आणि रंगात बदल, जखम भरून येण्यात समस्या किंवा विलंब, खराब दिसणारे चट्टे, स्तनपान देता न येण्याची शक्यता, फॅटी ऊती मरू शकतात (फॅट नेक्रॉसिस), पुन्हा शस्त्रक्रियेची संभावना. ब्रेस्ट रिडक्शन सर्जरी काही निदान प्रक्रियांमध्ये हस्तक्षेप करू शकते. ब्रेस्ट रिडक्शन प्रक्रिया कोणत्याही वयात करता येऊ शकते, पण स्तनांची संपूर्ण वाढ झाल्यानंतर ती करणे हितावह असते. गरोदरपणात स्तनात होणाऱ्या बदलांमुळे त्यापूर्वी केलेल्या ब्रेस्ट रिडक्शन सर्जरीचे परिणाम बदलू शकतात. त्याचे कारण आहे, वजनात होणारी मोठी वध-घट. इतर कोणत्याही सर्जरीप्रमाणेच यातही आनुषंगिक धोके आहेत. तुमच्यावर शस्त्रक्रिया करण्यासाठी आणि तुमच्या सर्व प्रश्नांची उत्तरे मिळवण्यासाठी प्लास्टिक सर्जन निवडणे उत्तम!

- **डॉ. देवयानी बर्वे**, प्लास्टिक, एस्थेटिक आणि रिकन्स्ट्रक्टिव्ह सर्जन