plastetik

DR. MED. HANS-HERMANN WÖRL



ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

# Χειρουργική στήθους

Όλα τα σημαντικά για τη θεραπεία, την προετοιμασία, την ημέρα της επέμβασης και την επούλωση – για να τα διαβάσετε με την ησυχία σας και ως βάση για τη συμβουλευτική σας συνάντηση.

Αυτές οι πληροφορίες για ασθενείς μεταφράστηκαν με τη βοήθεια τεχνητής νοημοσύνης. Είναι πιθανά μεταφραστικά λάθη – δεσμευτική είναι η γερμανική έκδοση.

Plastetik GmbH · Bürgerstraße 14 · 81925 München · info@dr-woerl.de

Ενημέρωση 06.11.2026

# Χειρουργική στήθους – ένα σχήμα που σας ταιριάζει

Είτε πρόκειται για ανόρθωση, μείωση ή αύξηση: οι επεμβάσεις χειρουργικής στήθους απαιτούν ιδιαίτερη αισθητική ευαισθησία και μεγάλη εμπειρία. Στόχος είναι ένα αποτέλεσμα που ταιριάζει στην ατομική σας εμφάνιση.

| ΕΠΕΜΒΑΣΕΙΣ | ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ | ΣΥΝΔΥΑΣΜΟΣ | ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ |
|---|---|---|---|
| ανόρθωση, μείωση, αύξηση | εξατομικευμένος, και με υποστήριξη υπολογιστή | ανόρθωση με μεταβολή όγκου δυνατή | αναλυτική πριν από κάθε επέμβαση |

Μετά από μια εγκυμοσύνη ή λόγω της απώλειας ελαστικότητας που φέρνει η ηλικία, το στήθος χάνει τη σφριγηλότητά του. Σε άλλες γυναίκες το στήθος φαίνεται υπερβολικά μεγάλο σε σχέση με τη σωματική διάπλαση, και το βάρος του βαριού στήθους οδηγεί σε βλάβες της στάσης του σώματος και πόνο στην πλάτη. Ή υπάρχει η επιθυμία για περισσότερο όγκο. Σε όλες αυτές τις περιπτώσεις μπορεί να επιτευχθεί ένα καλοσχηματισμένο στήθος που ταιριάζει σε εσάς και στη σιλουέτα σας.

Μπορείτε να βασιστείτε στη μακροχρόνια εμπειρία μου – και από την επανορθωτική χειρουργική στήθους – καθώς και στην αίσθησή μου για τις αναλογίες και τη φυσικότητα.

## Ανόρθωση στήθους

Με την ανόρθωση στήθους (μαστοπηξία) επαναφέρω το στήθος σε πιο σφριγηλό, νεανικό σχήμα και σε ψηλότερη θέση. Κατά κανόνα εφαρμόζω την ανόρθωση στήθους με «εσωτερικό σουτιέν»: ο ίδιος ο αδενικός ιστός του σώματος διαμορφώνεται και στηρίζεται έτσι, ώστε το στήθος να υποβαστάζεται από μέσα. Η τεχνική αυτή στοχεύει σε ένα μακροχρόνιο αποτέλεσμα.

Η ανόρθωση μπορεί να συνδυαστεί με μείωση ή αύξηση, όταν εκτός από το σχήμα πρέπει να αλλάξει και ο όγκος.

## Μειωτική στήθους

Το πολύ μεγάλο στήθος συχνά αποτελεί σωματική επιβάρυνση: πόνοι στους ώμους και στον αυχένα, αυλακώσεις από τις τιράντες του σουτιέν, ερεθισμοί του δέρματος στην υπομαστική πτυχή και περιορισμοί στον αθλητισμό. Για την ανακούφιση χρησιμοποιώ σύγχρονες χειρουργικές μεθόδους, οι οποίες κατά κανόνα εξασφαλίζουν ότι διατηρούνται τόσο η ευαισθησία της θηλής όσο και η ικανότητα θηλασμού.

Σε έντονα ενοχλήματα η μειωτική στήθους μπορεί να είναι ιατρικά τεκμηριωμένη. Αν υπάρχει δυνατότητα κάλυψης του κόστους από την ασφαλιστική εταιρεία υγείας, το διευκρινίζουμε κατά περίπτωση.

## Αυξητική στήθους

Σύγχρονα εμφυτεύματα, δυνατότητες σχεδιασμού με υποστήριξη υπολογιστή και ήπιες χειρουργικές τεχνικές χαρακτηρίζουν τη σημερινή αυξητική στήθους. Χρησιμοποιώ αποκλειστικά εμφυτεύματα αναγνωρισμένων κατασκευαστών με τα υψηλότερα πρότυπα ασφάλειας. Το μέγεθος, το σχήμα και τη θέση του εμφυτεύματος τα επιλέγουμε μαζί, ώστε το αποτέλεσμα να ταιριάζει στις αναλογίες σας – όχι σε μια μόδα.

## Η ανόρθωση στήθους αναλυτικά

Κατά την ανόρθωση μειώνεται το δερμάτινο περίβλημα και η θηλή ανυψώνεται στη σωστή θέση – ο όγκος διατηρείται σε μεγάλο βαθμό. Το μήκος των ουλών εξαρτάται από το πόσο έχει πέσει το στήθος:

- **γύρω από τη θηλαία άλω** σε μικρή πτώση
- **γύρω από τη θηλαία άλω και κάθετα προς τα κάτω** («lollipop») σε μέτρια πτώση
- **επιπλέον στην υπομαστική πτυχή** («ανεστραμμένο Τ») σε έντονα πεσμένο στήθος

Με μια ειδική τεχνική συρραφής ο αδενικός ιστός στηρίζεται εσωτερικά («εσωτερικό σουτιέν»). Με σταθερό βάρος μια ανόρθωση διαρκεί πολλά χρόνια· αργότερα μπορεί να γίνει νέα ανόρθωση μέσω των παλαιών ουλών.

## Η μειωτική στήθους αναλυτικά

Σε πολύ μεγάλο στήθος αφαιρείται αδενικός, λιπώδης και δερματικός ιστός και το στήθος διαμορφώνεται εκ νέου. Συχνά αρκεί μια τεχνική με τομή γύρω από τη θηλαία άλω και κάθετα προς τα κάτω· σε πολύ μεγάλο, μαλακό στήθος χρειάζεται επιπλέον τομή στην υπομαστική πτυχή. Επειδή ο ιστός πέφτει λίγο τις πρώτες εβδομάδες, το στήθος κατά την επέμβαση διαμορφώνεται σκόπιμα λίγο ψηλότερα από το τελικό αποτέλεσμα.

## Εμφύτευμα ή αυτόλογο λίπος;

Εκτός από τα εμφυτεύματα είναι δυνατή και η αύξηση με αυτόλογο λίπος: λίπος αναρροφάται από την κοιλιά, τους γοφούς ή τους μηρούς, επεξεργάζεται και εισάγεται στο στήθος. Η μέθοδος έχει όρια: η επιτεύξιμη αύξηση είναι μέτρια, ένα μέρος του λίπους απορροφάται, και προϋποθέτει

επαρκή αποθέματα λίπους. Επιπλέον, το μεταμοσχευμένο λίπος μπορεί να δυσκολέψει την αξιολόγηση μεταγενέστερων μαστογραφιών. Συζητάμε ανοιχτά ποιος δρόμος σας ταιριάζει.

## Εμφυτεύματα: σχήμα, θέση, πρόσβαση

- **Σχήμα:** τα στρογγυλά εμφυτεύματα τονίζουν τον άνω πόλο του στήθους, τα ανατομικά συχνά φαίνονται πιο φυσικά, μπορούν όμως να περιστραφούν.
- **Θέση:** πάνω ή (εν μέρει) κάτω από τον θωρακικό μυ – ανάλογα με τον διαθέσιμο ιστό.
- **Πρόσβαση:** συνήθως στην υπομαστική πτυχή, εναλλακτικά στο χείλος της θηλαίας άλω ή στη μασχάλη.
- **Δοκιμή πριν από την απόφαση:** Στη συμβουλευτική συνεδρία μπορείτε να συγκρίνετε διάφορα μεγέθη με δοκιμαστικά εμφυτεύματα μέσα στο σουτιέν.

Πότε πρέπει να αντικατασταθεί ένα εμφύτευμα και τι είναι η ρίκνωση κάψας, θα το διαβάσετε στη σελίδα Αντικατάσταση εμφυτευμάτων και ρίκνωση κάψας. Για άνδρες: Ανδρικό στήθος (γυναικομαστία).

## Τι μπορείτε να περιμένετε

- Μακροχρόνια εμπειρία και υψηλή ειδική ιατρική εξειδίκευση
- Αναλυτική συμβουλευτική συνεδρία, ώστε να βρούμε μαζί τη σωστή εξατομικευμένη λύση
- Σύγχρονες, φιλικές προς τους ιστούς χειρουργικές τεχνικές, εκτελεσμένες με τη μέγιστη ακρίβεια
- Ένα αρμονικό, φυσικό στην όψη αποτέλεσμα, που εντάσσεται στο σχήμα του σώματος

## Διαδικασία

01 **Συμβουλευτική συνεδρία και εξέταση**
Συζητάμε τις επιθυμίες σας, εξετάζω το στήθος και το δέρμα και εξηγώ τις πιθανές μεθόδους.

02 **Σχεδιασμός**
Καθορίζουμε την τεχνική, τη χάραξη των τομών και – σε αυξητική – το εμφύτευμα.

03 **Προεγχειρητικές εξετάσεις**
Ανάλογα με την ηλικία και το ιστορικό περιλαμβάνονται απεικόνιση του στήθους και εργαστηριακές εξετάσεις.

04 **Επέμβαση**
Η επέμβαση γίνεται με γενική αναισθησία.

05 **Μετεγχειρητική φροντίδα**
Ειδικό σουτιέν στήριξης, τακτικοί έλεγχοι και σταδιακή επιστροφή στην καθημερινότητα και στον αθλητισμό.

## Μετά την επέμβαση

Τις πρώτες ημέρες αίσθημα τάσης και οιδήματα είναι φυσιολογικά. Για μερικές εβδομάδες φοράτε μέρα και νύχτα σουτιέν στήριξης. Βαριά σωματική εργασία και αθλητισμό θα πρέπει να αποφεύγετε για αρκετές εβδομάδες. Οι ουλές είναι αρχικά κόκκινες και ξεθωριάζουν μέσα σε μήνες.

## Κίνδυνοι

Στους πιθανούς κινδύνους ανήκουν μετεγχειρητική αιμορραγία, λοιμώξεις, διαταραχές επούλωσης, εμφανείς ουλές, ασυμμετρίες και αλλαγές στην ευαισθησία της θηλής. Στα εμφυτεύματα προστίθενται κίνδυνοι ειδικοί για το εμφύτευμα, όπως η ρίκνωση κάψας. Για όλους τους κινδύνους σας ενημερώνω αναλυτικά πριν από την επέμβαση.

## Συχνές ερωτήσεις

**Μπορώ να θηλάσω μετά από μειωτική στήθους;**
Οι μέθοδοι που εφαρμόζω στοχεύουν στη διατήρηση της ικανότητας θηλασμού. Εγγύηση όμως δεν υπάρχει – το συζητάμε ανοιχτά, ιδίως αν σχεδιάζετε ακόμη παιδιά.

**Πόσο διαρκούν τα εμφυτεύματα στήθους;**
Τα σύγχρονα εμφυτεύματα είναι ανθεκτικά, αλλά δεν είναι εξάρτημα για πάντα. Οι τακτικοί έλεγχοι είναι απαραίτητοι. Πότε μια αντικατάσταση είναι σκόπιμη εξαρτάται από τα ευρήματα.

**Πότε μπορώ να αθληθώ ξανά;**

Ελαφριά κίνηση είναι σύντομα ξανά δυνατή, έντονος αθλητισμός συνήθως μετά από έξι εβδομάδες. Τον ακριβή χρόνο τον καθορίζουμε στη μετεγχειρητική παρακολούθηση.

---

**Μπορεί η ανόρθωση να συνδυαστεί με αυξητική;**

Ναι. Μια χειρουργική μείωση ή αύξηση του στήθους μπορεί να συνδυαστεί με ανόρθωση στήθους.

---

**Από ποια ηλικία είναι δυνατή η αυξητική στήθους;**

Οι καθαρά αισθητικές επεμβάσεις στήθους γίνονται μόνο από τα 18 έτη. Κατά την εγκυμοσύνη και τον θηλασμό δεν γίνονται επεμβάσεις.

---

**Πόσος χρόνος χρειάζεται μέχρι το στήθος να αποκτήσει το τελικό του σχήμα;**

Μετά από περίπου τρεις μήνες ο ιστός έχει προσαρμοστεί σε μεγάλο βαθμό· το τελικό σχήμα φαίνεται έως και μετά από ένα έτος.

---

**Χρειάζομαι παροχετεύσεις μετά την επέμβαση;**

Συχνά όχι. Αν χρειαστούν, αφαιρούνται συνήθως μετά από περίπου μία ημέρα.

---

# Χειρουργική στήθους – η διαδικασία βήμα προς βήμα

Είτε πρόκειται για ανόρθωση, μείωση ή αύξηση: έτσι προετοιμάζονται, εκτελούνται και παρακολουθούνται μετεγχειρητικά συνήθως οι επεμβάσεις χειρουργικής στήθους.

| ΑΝΑΙΣΘΗΣΙΑ | ΣΟΥΤΙΕΝ ΣΤΗΡΙΞΗΣ | ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ | ΤΕΛΙΚΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ |
|---|---|---|---|
| γενική αναισθησία | αρκετές εβδομάδες | συνήθως μετά από περίπου 6 εβδομάδες | μετά από μερικούς μήνες |

Οι επεμβάσεις χειρουργικής στήθους χρειάζονται προσεκτικό σχεδιασμό – αυτός καθορίζει αν το αποτέλεσμα θα ταιριάζει στο σχήμα του σώματός σας. Τα παρακάτω βήματα δείχνουν την **τυπική** διαδικασία· οι λεπτομέρειες εξαρτώνται από το αν γίνεται ανόρθωση, μείωση ή αύξηση.

## Η διαδικασία με μια ματιά

01

ΜΕΡΙΚΕΣ ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ ΠΡΙΝ

### Προετοιμασία

Συμβουλευτική συνεδρία, εξέταση, απεικόνιση του στήθους ανάλογα με την ηλικία, σχεδιασμός τεχνικής και χάραξης τομών.

02

ΗΜΕΡΑ ΤΗΣ ΕΠΕΜΒΑΣΗΣ

### Επέμβαση

Επέμβαση με γενική αναισθησία· στη συνέχεια σουτιέν στήριξης και φροντίδα.

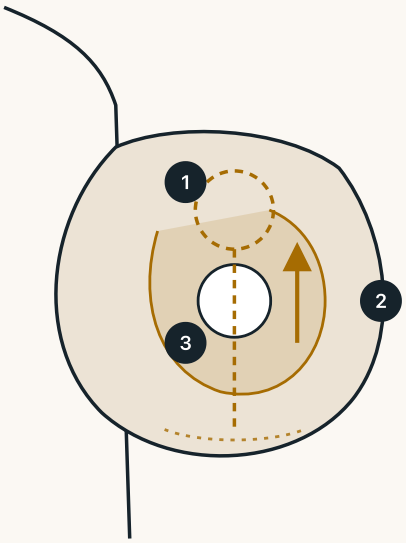
03

ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ ΕΩΣ ΜΗΝΕΣ

### Μετεγχειρητική φροντίδα

Σουτιέν στήριξης, έλεγχοι, σταδιακή επιστροφή στην καθημερινότητα και στον αθλητισμό.

# Τι γίνεται σε μια ανόρθωση στήθους




ΑΡΧΗ

1 **Πιθανή χάραξη τομών**
γύρω από τη θηλαία άλω και κάθετα προς τα κάτω – ανάλογα με τα ευρήματα και με μικρή τομή στην υπομαστική πτυχή

2 **Θηλή σε ψηλότερη θέση**
η θηλαία άλως μεταφέρεται στη νέα, ψηλότερη θέση

3 **«Εσωτερικό σουτιέν»**
ο αδενικός ιστός του ίδιου του σώματος διαμορφώνεται και στηρίζεται – το στήθος υποστηρίζεται από μέσα

Σχηματική απεικόνιση · εξατομικευμένη προσέγγιση ανάλογα με τα ευρήματα

Σχηματική απεικόνιση με παράδειγμα την ανόρθωση στήθους. Η χάραξη των τομών εξαρτάται από τα ευρήματα.

## Φάση 1: Προετοιμασία

01 **Συμβουλευτική συνεδρία**
Συζητάμε τις επιθυμίες και τις προσδοκίες σας· εξετάζω το στήθος, το δέρμα και τον ιστό.

02 **Σχεδιασμός**
Καθορίζονται η τεχνική, η χάραξη των τομών και – σε αυξητική – το μέγεθος και το σχήμα του εμφυτεύματος· ο σχεδιασμός με υποστήριξη υπολογιστή μπορεί να βοηθήσει.

03 **Προεγχειρητικές εξετάσεις**
Ανάλογα με την ηλικία και το ιστορικό περιλαμβάνονται απεικόνιση του στήθους και εργαστηριακές εξετάσεις.

04 **Φάρμακα και κάπνισμα**
Τα αντιπηκτικά διακόπτονται μόνο μετά από συνεννόηση· κατά το δυνατόν διακόψτε έγκαιρα το κάπνισμα.

05 **Ενημέρωση**
αναλυτική, με χρόνο σκέψης – και για την ικανότητα θηλασμού και την ευαισθησία.

06 **Οργάνωση**
Προμηθευτείτε σουτιέν στήριξης σύμφωνα με τις οδηγίες, προγραμματίστε βοήθεια για τις πρώτες ημέρες.

## Φάση 2: Η ημέρα της επέμβασης

01 **Σήμανση**
Η χάραξη των τομών σημειώνεται σε όρθια θέση – έτσι λαμβάνεται υπόψη η φυσική θέση του στήθους.

02 **Αναισθησία**
Η επέμβαση γίνεται με γενική αναισθησία.

03 **Επέμβαση**
Ανάλογα με τον στόχο, ο αδενικός ιστός διαμορφώνεται (στην ανόρθωση κατά προτίμηση με «εσωτερικό σουτιέν»), αφαιρείται ιστός ή τοποθετείται εμφύτευμα.

04 **Ολοκλήρωση**
Λεπτά ράμματα, επίδεσμος και σουτιέν στήριξης.

05 **Ανάρρωση**
Φροντίδα μετά την αναισθησία· αν η επέμβαση θα γίνει χωρίς νοσηλεία ή με διανυκτέρευση, το συζητάμε εκ των προτέρων.

## Φάση 3: Μετεγχειρητική φροντίδα και επούλωση

### Ημέρα 1–3

αίσθημα τάσης και οίδημα· σουτιέν στήριξης μέρα και νύχτα, μη σηκώνετε τα χέρια πάνω από το κεφάλι

### Εβδομάδα 1–2

έλεγχος τραυμάτων και αφαίρεση ή κόψιμο ραμμάτων· ελαφριές δραστηριότητες δυνατές

### Εβδομάδα 3–6

συνεχίζετε να φοράτε σουτιέν στήριξης· όχι βαριά φορτία

### από την εβδομάδα 6

αθλητισμός συνήθως ξανά δυνατός – μετά από συνεννόηση

### Μήνας 3–12

ο ιστός σταθεροποιείται, οι ουλές γίνονται πιο ανοιχτόχρωμες και πιο μαλακές

Επικοινωνήστε αμέσως μαζί μας σε περίπτωση οιδήματος που αυξάνεται στη μία πλευρά, έντονου πόνου, πυρετού, ερυθρότητας ή εκκρίματος από το τραύμα.

## Η λίστα ελέγχου σας

- Προμηθευτείτε εκ των προτέρων σουτιέν στήριξης σύμφωνα με τις οδηγίες
- Ρούχα με κουμπιά ή φερμουάρ μπροστά
- Βοήθεια στο νοικοκυριό για τις πρώτες ημέρες
- Μην προγραμματίσετε βαριές δραστηριότητες και αθλητισμό για αρκετές εβδομάδες

## Το επόμενο βήμα σας

Τίποτα δεν μπορεί να αντικαταστήσει μια προσωπική συμβουλευτική συνάντηση. Εκεί απαντώ στις ερωτήσεις σας και διευκρινίζουμε μαζί τι έχει νόημα για εσάς.

**Ραντεβού online:** www.plastetik.de/el/rantevou/
**Τηλέφωνο:** +49 89 987855 · **E-mail:** info@dr-woerl.de
**Περισσότερες πληροφορίες:** www.plastetik.de/el/cheirourgiki-stithous/

Dr. med. Hans-Hermann Wörl · Ειδικός Πλαστικής και Αισθητικής Χειρουργικής · Plastetik GmbH

---

**Σημαντική σημείωση:** Αυτές οι πληροφορίες έχουν γενικό ενημερωτικό χαρακτήρα και δεν αντικαθιστούν την προσωπική ιατρική συμβουλευτική και ενημερωτική συζήτηση. Οι διαδικασίες, τα χρονικά διαστήματα και η πορεία της επούλωσης αποτελούν τυπικές τιμές και μπορεί να διαφέρουν από άτομο σε άτομο. Ένα συγκεκριμένο αποτέλεσμα δεν μπορεί να υποσχεθεί.

Αυτές οι πληροφορίες για ασθενείς μεταφράστηκαν με τη βοήθεια τεχνητής νοημοσύνης. Είναι πιθανά μεταφραστικά λάθη – δεσμευτική είναι η γερμανική έκδοση.

**Πηγές εικόνων:**

- Planung Brustoperation: © Adobe Stock / detailblick-foto, Adobe-Stock-Lizenz – https://stock.adobe.com/de/contributor/200858622/detailblick-foto; verkleinert, WebP
- Porträt Dr. Wörl in Praxiskleidung: © Lukas Schramm Fotografie (Nutzungsrechte: Dr. med. Hans-Hermann Wörl), alle Rechte vorbehalten; verkleinert, WebP
- Beratungsgespräch zur Brustchirurgie mit Implantatmustern: © Lukas Schramm Fotografie (Nutzungsrechte: Dr. med. Hans-Hermann Wörl), alle Rechte vorbehalten; verkleinert, WebP
- Σχηματικά σχέδια: ίδιες απεικονίσεις (KnoCo UG για την Plastetik GmbH)