plastetik

DR. MED. HANS-HERMANN WÖRL



ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

Λιπαναρρόφηση

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

Λιπαναρρόφηση – για ένα αρμονικό περίγραμμα σώματος

Ορισμένες εναποθέσεις λίπους αντιστέκονται στον αθλητισμό και στην πειθαρχημένη διατροφή. Η λιπαναρρόφηση (liposuction) τις αφαιρεί στοχευμένα και ήπια – για μόνιμη βελτίωση του περιγράμματος του σώματος, όχι για απώλεια βάρους.

ΑΝΑΙΣΘΗΣΙΑ	ΤΕΧΝΙΚΗ	ΘΕΡΑΠΕΙΑ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ
γενική αναισθησία με διάλυμα tumescent	δόνηση, λεπτές κάνουλες	συχνά χωρίς νοσηλεία	έως 6 λίτρα συνήθως χωρίς νοσηλεία

Εναποθέσεις λίπους στους γλουτούς ή στους γοφούς, στους βραχίονες ή στους μηρούς: Όταν οι αναλογίες του σώματος έχουν αλλάξει δυσάρεστα, αυτό οφείλεται συνήθως σε αποθέματα λίπους που δεν υποχωρούν ούτε με αθλητισμό ούτε με πειθαρχημένη διατροφή. Εδώ μπορεί να βοηθήσει μια λιπαναρρόφηση.

Τυπικές περιοχές θεραπείας

Ένα τυπικό παράδειγμα στις γυναίκες είναι η λεγόμενη «κιλότα ιππασίας» – εναποθέσεις λίπους στους μηρούς, στους γοφούς και στην εσωτερική πλευρά των γονάτων, ενώ ο άνω κορμός είναι μάλλον λεπτός. Οι άνδρες υποφέρουν συχνά από συσσωρεύσεις λίπους στην περιοχή των γοφών ή του στήθους. Άλλες συχνές περιοχές είναι η κοιλιά, τα πλάγια του κορμού, οι βραχίονες, το πηγούνι και ο λαιμός.

Στόχος είναι να αναρροφηθεί μόνο τόση ποσότητα λίπους και λιποκυττάρων όση χρειάζεται για να επιτευχθεί μια αρμονική σιλουέτα – για παράδειγμα μια ομαλή μετάβαση από τους μηρούς στους γοφούς ή από τους γοφούς στην κοιλιά.

Πώς εργάζομαι

Πραγματοποιώ τη λιπαναρρόφηση με γενική αναισθησία σε συνδυασμό με τοπική αναισθησία tumescent. Πριν από την αναρρόφηση εισάγεται στον λιπώδη ιστό ένα διάλυμα που χαλαρώνει τον ιστό, μειώνει την αιμορραγία και περιορίζει τον πόνο μετά την επέμβαση. Η μέθοδος είναι δοκιμασμένη εδώ και πολλά χρόνια και θεωρείται ασφαλής και φιλική προς τον ασθενή.

Με ειδικές μεθόδους δόνησης και λεπτές κάνουλες αναρρόφησης ο ιστός αντιμετωπίζεται ιδιαίτερα ήπια. Οι κάνουλες εισάγονται μέσω λίγων, πολύ μικρών τομών.

Τι μπορείτε να περιμένετε

- Μακροχρόνια εμπειρία και υψηλή ειδική ιατρική εξειδίκευση
- Η επέμβαση γίνεται συχνά χωρίς νοσηλεία μέσω μικρών τομών· ορατές ουλές δεν αναμένονται σχεδόν καθόλου
- Οι προβληματικές περιοχές μπορούν να αντιμετωπιστούν στοχευμένα
- Μακροπρόθεσμη βελτίωση του περιγράμματος του σώματος
- Μια λιπαναρρόφηση έως 6 λίτρων γίνεται κατά κύριο λόγο χωρίς νοσηλεία

> Η λιπαναρρόφηση δεν είναι μέθοδος απώλειας βάρους. Τα καλύτερα αποτελέσματα επιτυγχάνονται με σταθερό βάρος και καλή ελαστικότητα του δέρματος.

Για ποιους προορίζεται η λιπαναρρόφηση

Η λιπαναρρόφηση διαμορφώνει – δεν είναι μέθοδος αδυνατίσματος. Είναι κατάλληλη για περιορισμένες εναποθέσεις λίπους που παραμένουν παρά τη διατροφή και τον αθλητισμό, ακόμη και με φυσιολογικό βάρος. Το λίπος ανάμεσα στα όργανα της κοιλιακής χώρας δεν μπορεί να αναρροφηθεί· σε σημαντικό υπερβάλλον βάρος προηγείται γι' αυτό η απώλεια βάρους.

Εμπειρία με την τεχνική tumescent

Το διάλυμα tumescent αποτελείται από φυσιολογικό ορό, ένα τοπικό αναισθητικό και ένα αγγειοσυσπαστικό πρόσθετο· μετά την εισαγωγή του χρειάζεται κάποιο χρόνο δράσης. Με τις ιδιαιτερότητες αυτής της τεχνικής έχω ασχοληθεί και επιστημονικά – μεταξύ άλλων σε μια ανακοίνωση σε συνέδριο για τη λιπαναρρόφηση με τεχνική tumescent και τοπική αναισθησία (2001).

Πόσο σε μία φορά;

Σε κάθε συνεδρία αναρροφάται μόνο περιορισμένη ποσότητα. Αν χρειάζονται μεγαλύτερες ποσότητες, είναι ασφαλέστερο να κατανεμηθούν σε δύο επεμβάσεις με απόσταση μερικών εβδομάδων.

Προετοιμασία

- περίπου δύο εβδομάδες πριν, όχι αναλγητικά που αραιώνουν το αίμα – μόνο μετά από συνεννόηση με τον ιατρό

- αποφεύγετε κατά το δυνατόν τη νικοτίνη, το αλκοόλ, τα υπνωτικά και το σολάριουμ
- γενική αίματος και έλεγχος πήξης· σε προϋπάρχοντα νοσήματα παθολογικός έλεγχος

Αντενδείξεις

Κατά την εγκυμοσύνη δεν γίνονται επεμβάσεις. Σε αγγειακά νοσήματα, προηγούμενες θρομβώσεις ή σοβαρά γενικά νοσήματα η απόφαση λαμβάνεται κατά περίπτωση.

Διαδικασία

01 **Συμβουλευτική συνεδρία**
Συζητάμε ποιες περιοχές σας ενοχλούν και αξιολογώ την κατανομή του λίπους και την ελαστικότητα του δέρματος.

02 **Σχεδιασμός**
Οι περιοχές θεραπείας καθορίζονται και την ημέρα της επέμβασης σημειώνονται σε όρθια θέση.

03 **Επέμβαση**
Γενική αναισθησία με τοπική αναισθησία tumescent, αναρρόφηση με τεχνική δόνησης.

04 **Συμπίεση**
Αμέσως μετά την επέμβαση λαμβάνετε ενδύματα συμπίεσης.

05 **Μετεγχειρητική φροντίδα**
Έλεγχοι, ενδεχομένως λεμφική παροχέτευση, σταδιακή επιστροφή στην καθημερινότητα και στον αθλητισμό.

Μετά τη λιπαναρρόφηση

Οιδήματα, μώλωπες και μια αίσθηση παρόμοια με μυϊκό πόνο μετά από άσκηση είναι φυσιολογικά τις πρώτες ημέρες. Τα ενδύματα συμπίεσης τα φοράτε αρκετές εβδομάδες· υποστηρίζουν την υποχώρηση του οιδήματος και την προσκόλληση του δέρματος. Το τελικό αποτέλεσμα φαίνεται μετά από μερικούς μήνες.

Κίνδυνοι

Πιθανοί κίνδυνοι είναι μεταξύ άλλων μώλωπες, ορώματα (συλλογές υγρού), λοιμώξεις, διαταραχές αισθητικότητας, ανωμαλίες της επιφάνειας του δέρματος και ασυμμετρίες. Σε μεγαλύτερες ποσότητες αναρρόφησης αυξάνονται οι απαιτήσεις για παρακολούθηση και μετεγχειρητική φροντίδα. Στη συνεδρία ενημέρωσης τα εξετάζουμε όλα με ηρεμία.

Όταν πρόκειται για λιποίδημα

Η λιπαναρρόφηση είναι η μόνη αποτελεσματική μέθοδος για την αφαίρεση του παθολογικού λιπώδους ιστού στο λιποίδημα. Επειδή η διάγνωση, η προσέγγιση και το ζήτημα του κόστους διαφέρουν εδώ σημαντικά, υπάρχει γι' αυτό ξεχωριστή σελίδα: Θεραπεία λιποιδήματος.

Συχνές ερωτήσεις

Επανέρχονται οι εναποθέσεις λίπους;

Τα λιποκύτταρα που αναρροφήθηκαν δεν σχηματίζονται ξανά. Σε σημαντική αύξηση βάρους όμως τα εναπομείναντα λιποκύτταρα μπορεί να αυξηθούν σε όγκο. Ένα σταθερό βάρος είναι επομένως η καλύτερη προστασία για το αποτέλεσμα.

Συσφίγγεται το δέρμα μετά την αναρρόφηση;

Με καλή ελαστικότητα το δέρμα συνήθως συστέλλεται καλά. Σε χαλαρό δέρμα μπορεί να είναι σκόπιμη μια επιπλέον σύσφιξη – περισσότερα στη σελίδα Διαμόρφωση σώματος.

Πότε μπορώ να επιστρέψω στην εργασία;

Σε εργασία γραφείου συχνά μετά από λίγες ημέρες, ανάλογα με την έκταση και την περιοχή. Τη σωματικά κοπιαστική εργασία και τον αθλητισμό τα συζητάμε εξατομικευμένα.

Υπάρχουν εναλλακτικές χωρίς επέμβαση;

Προσφέρονται μέθοδοι με ψύχος, υπερήχους, laser ή ραδιοσυχνότητες καθώς και ενέσεις. Η δράση τους είναι συνήθως σαφώς μικρότερη και λιγότερο προβλέψιμη από εκείνη μιας λιπαναρρόφησης – αυτό το συζητάμε με ειλικρίνεια.

Πόσο διαρκεί το οίδημα;

Το μεγαλύτερο μέρος του οιδήματος υποχωρεί τις πρώτες εβδομάδες· ελαφρά υπολειμματικά οιδήματα μπορεί να διαρκέσουν τρεις έως πέντε μήνες.

Πότε μπορώ να αθληθώ ξανά;

Ελαφρύς αθλητισμός είναι συχνά ξανά δυνατός μετά από περίπου τρεις εβδομάδες – ανάλογα με την έκταση και την επούλωση.

Λιπαναρρόφηση – η διαδικασία βήμα προς βήμα

Από τον σχεδιασμό των περιοχών έως τα ενδύματα συμπίεσης: έτσι εξελίσσεται συνήθως μια λιπαναρρόφηση με τεχνική tumescent και δόνησης.

ΑΝΑΙΣΘΗΣΙΑ	ΘΕΡΑΠΕΙΑ	ΣΥΜΠΙΕΣΗ	ΤΕΛΙΚΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ
γενική αναισθησία + tumescent	συχνά χωρίς νοσηλεία	αρκετές εβδομάδες	μετά από μερικούς μήνες

Μια λιπαναρρόφηση σχεδιάζεται προσεκτικά: Καθοριστικό είναι να αφαιρεθεί μόνο τόσο λίπος όσο χρειάζεται για μια αρμονική σιλουέτα. Έτσι εξελίσσεται η επέμβαση **συνήθως**.

Η διαδικασία με μια ματιά

01

ΜΕΡΙΚΕΣ ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ ΠΡΙΝ

Προετοιμασία

Καθορισμός περιοχών, αξιολόγηση της ελαστικότητας του δέρματος, προεγχειρητικές εξετάσεις και ενημέρωση.

02

ΗΜΕΡΑ ΤΗΣ ΕΠΕΜΒΑΣΗΣ

Επέμβαση

Γενική αναισθησία με τοπική αναισθησία tumescent· αναρρόφηση μέσω μικρών οπών πρόσβασης με τεχνική δόνησης.

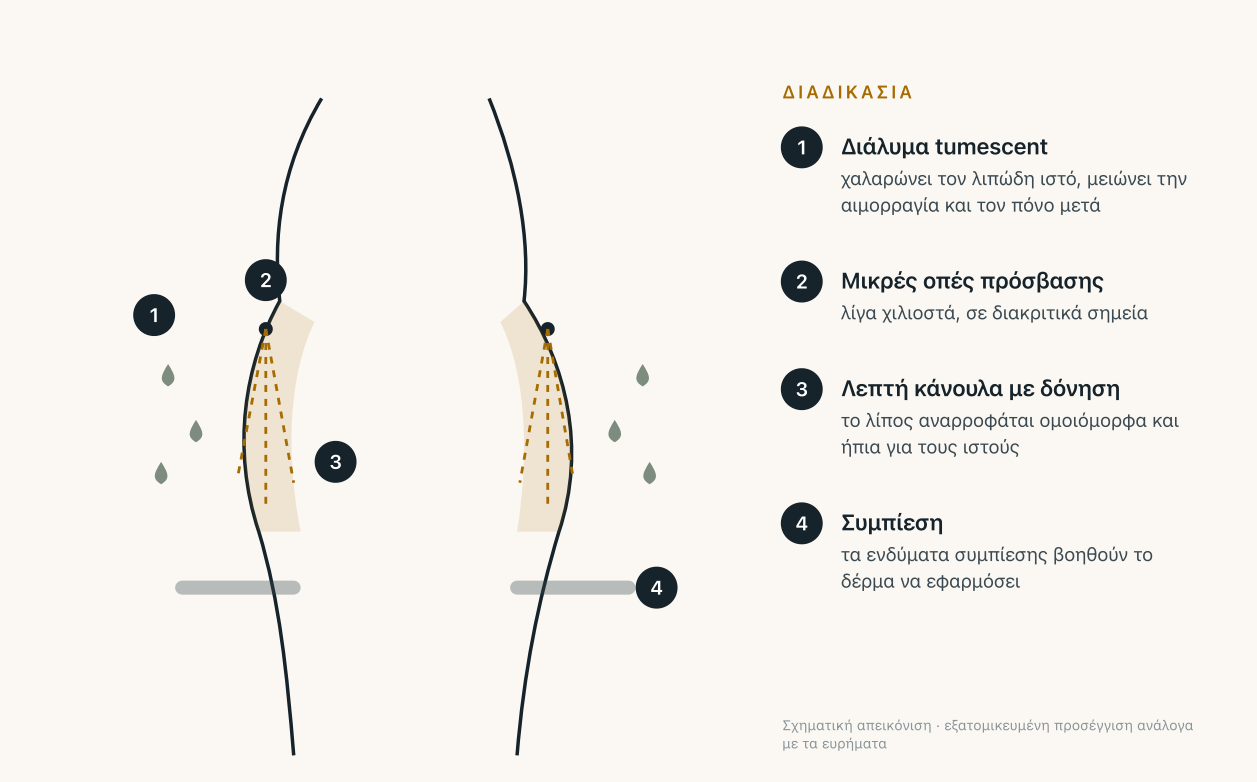
03

ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ ΕΩΣ ΜΗΝΕΣ

Μετεγχειρητική φροντίδα

Ενδύματα συμπίεσης, έλεγχοι, ενδεχομένως λεμφική παροχέτευση.

Τι γίνεται κατά την επέμβαση



Σχηματική απεικόνιση. Οι περιοχές και η ποσότητα αναρρόφησης σχεδιάζονται εξατομικευμένα.

Φάση 1: Προετοιμασία

01 **Συμβουλευτική συνεδρία**
Ποιες περιοχές σας ενοχλούν; Αξιολογώ την κατανομή του λίπους, την ελαστικότητα του δέρματος και το βάρος.

02 **Διαφοροποίηση**
Πρόκειται για αισθητική κατανομή λίπους ή για λιποίδημα; Από αυτό εξαρτώνται η προσέγγιση και το ζήτημα του κόστους.

03 **Προεγχειρητικές εξετάσεις και ενημέρωση**
Εργαστηριακές εξετάσεις κατά περίπτωση· αναλυτική ενημέρωση με χρόνο σκέψης.

04 **Ενδύματα συμπίεσης**
Προσαρμόζονται εκ των προτέρων, ώστε να είναι έτοιμα αμέσως μετά την επέμβαση.

05 **Οργάνωση**
Προγραμματίστε συνοδό για την επιστροφή στο σπίτι και μερικές ημέρες ξεκούρασης.

Φάση 2: Η ημέρα της επέμβασης

01 **Σήμανση σε όρθια θέση**
Οι περιοχές θεραπείας σημειώνονται.

02 **Αναισθησία και tumescent**
Γενική αναισθησία σε συνδυασμό με τοπική αναισθησία tumescent – το διάλυμα χαλαρώνει τον λιπώδη ιστό, μειώνει την αιμορραγία και τον πόνο μετά.

03 **Αναρρόφηση**
Μέσω λίγων, πολύ μικρών οπών πρόσβασης το λίπος αναρροφάται με λεπτές κάνουλες και τεχνική δόνησης, με σεβασμό προς τους ιστούς.

04 **Συμπίεση**
Αμέσως μετά τοποθετούνται τα ενδύματα συμπίεσης.

05 **Επιστροφή στο σπίτι**
Η επέμβαση γίνεται συχνά χωρίς νοσηλεία· μια λιπαναρρόφηση έως 6 λίτρων γίνεται κατά κύριο λόγο χωρίς νοσηλεία.

Φάση 3: Μετεγχειρητική φροντίδα και επούλωση

Ημέρα 1–3

αίσθηση παρόμοια με μυϊκό πόνο μετά από άσκηση, οίδημα· διάλυμα tumescent μπορεί να εκρέει από τις οπές πρόσβασης

Εβδομάδα 1

συμπίεση μέρα και νύχτα· η ελαφριά κίνηση υποβοηθά την επούλωση

Εβδομάδα 2–4

το οίδημα υποχωρεί· εργασία γραφείου συνήθως ξανά δυνατή

Εβδομάδα 4–6

μείωση της συμπίεσης κατόπιν συνεννόησης· σταδιακά αθλητισμός

Μήνας 3–6

το δέρμα έχει προσκολληθεί – το νέο περίγραμμα είναι ορατό

Επικοινωνήστε αμέσως μαζί μας σε περίπτωση έντονου πόνου, πυρετού, δύσπνοιας, πρησμένου ποδιού στη μία πλευρά ή ερυθρότητας γύρω από μια οπή πρόσβασης.

Η λίστα ελέγχου σας

- Ζητήστε να προσαρμοστούν εκ των προτέρων τα ενδύματα συμπίεσης
- Απορροφητικά υποστρώματα για τις πρώτες νύχτες
- Συνοδός για την επιστροφή στο σπίτι
- Πίνετε πολλά υγρά και κινηθείτε ελαφρά τις πρώτες ημέρες

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/liponarrofisi/

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 Körperformung: © 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
- Σχηματικά σχέδια: ίδιες απεικονίσεις (KnoCo UG για την Plastetik GmbH)