אדוותי מרפקים כבר עשית?

עור הידיים שלכם קמוט ויבש ומסגיר את גילכם? הברכיים שלכם נראות לכם גרומות או בשרניות מדי? בעור כף הרגל שלכם הסתמנו חריצים? אל דאגה, הפלסטיקאים יעצבו לכם אותם מחדש ● הם ישאבו לכם שומן, יזריקו חומרי מילוי, יסירו כתמי פיגמנטציה, יחדירו לחות ועוד ועוד ● מסוכן זה לא, אבל יקר בהחלט כן

› גאיה קורן

הברכיים שלנו הן אולי האיבר שזוכה להכי פחות הערכה ותשומת לב טיפוחית מציד־נו. אפילו המרפקים זוכים מדי פעם לליי־סוף וקרצוף, אבל לא כך אותו חלק שנושא בעומס. היתה זו בטי רוקאווי שהפכה את הברכיים למוקד התעניינות בעת שגערה באחת המועמדות בריאליטי 'הדוגמניות': "יש לך ברכיים מכוערות נורא".

למזלן של מתמודדות הריאליטי, וגם של נשים אחרות, אפשר לטפל בברכיים לא אסתטיות. כך, למשל, במקרה של הצטברות שומן בברכיים באופן לא אחיד או מוגזם ניתן לטפל באמצעות שאיבת שומן פשוטה. מתברר שיש מי שעושים את זה.

ניתוחי ברכיים: בעיקר שאיבה

"ניתוחי הברכיים מהווים בערך 10% מסך כל שאיבות השומן", אומר ד"ר אייל וינקלר, יו"ר איגוד הפלסטיקאים בישראל. "הניתוחים נעשים כחלק משאיבת שומן נוספת ברגליים, אך לעיתים רווקא אצל אנשים חטובים יש הצטברות מכוערת של שומן בברכיים. השאיבה נעשית מהחלק הפנימי של הבר־כיים; דמיינו את החלק הפנימי של הירכיים, אבל יותר למטה".

השאיבה מבוצעת בהרדמה מקומית. "הניתוח לא מסוכן", אומר ד"ר וינקלר. "הרופא 'מציף' את הבר־כיים בנוזלים שמכילים חומר נגד כאבים ואדרנלין שמונע דימום ושטפי דם. השאיבה מתבצעת עם צי־נורית דקה ביותר, של כ־3 מ"מ, כשהמקום מורדם ומוצף היטב. אנחנו מבצעים נקב קטנטן או שניים, שואבים את השומן ועוטפים את הרגל בחבישה לוח־צת. זמן ההחלמה: כשבועיים. בתוך יומיים אפשר לח־זור לפעילות, אבל לא ספורטיבית".

שאיבות שומן מהברכיים נעשות כמעט רק בגבר־פן של נשים, ומחירן לא זול: כ־5,000 שקל לזוג ברכ־כיים. לדברי ד"ר נמרוד פרידמן, מומחה לכירורגיה פלסטית ואסתטית, רוב הנשים שמבקשות לעבור את הפרוצדורה הן צעירות, שחשוב להן המ־ראה החיצוני. "גברים לא מגיעים", הוא מעדכן.

במקרים מסוימים ממליצים גם אורתופדים על שאיבות שומן מהברכיים. "אורתופדים שולחים פציינטים לניתוח כשהשומן בבר־כיים מפריע מבחינה תפקודית", אומר ד"ר יצחק רמון, מומחה לכירורגיה פל־סטית. "יש אנשים עם 'ג'ולות שומניות' בברכיים ובצידי הברכיים. זה מאוד נפוץ. אפשר לשאוב את השומן או להר־ציא אותו דרך חתך קטן, אבל אם הג'ולה לא מפריעה, אין סיבה לעשות את זה".

בעוד שאיבות שומן מהברכיים זוכות לפופולריות מסוימת, עיצוב מחדש של בר־כיים גרומות ומעוותות באמצעות מילוי הוא לא שכיח. "יש מקרים של שקעים בולטים כתו־צאה משאיבת שומן לא מוצלחת", אומר ד"ר רמון. "במקרה כזה מזריקים למקום ביו אלקמיד. הפלוס של הביו אלקמיד הוא שהחליך מתבצע במרפאה ולא בחדר ניתוח. המינוס שלו הוא שהחר־מר סינתטי ויש אפשרויות לזיהומים ולבעיות אח־רות. המחיר נע בין 10,000 ל־30 אלף שקל, תלוי בכמות החומר".

למה לא להזריק שומן עצמי?

"כי את לא יודעת מה שיעור הספיגה. הקליטה נמצאת בטווח שבין 30% ל־70%. מה שנקלט יישאר לתמיד, אבל אחוז הקליטה אף פעם לא ידוע מראש. בנוסף, זו כבר פרוצדורה של חדר ניתוח, ובכל ניסיון צריך לשאוב שומן".

אם מבנה הפיקה לא מוצא חן בעיניי, אפשר לשנות אותו?

"בשום מקרה לא משנים את מבנה הברך. מטפלים רק ברקמות הרכות, לא בעצמות. בברך יש גידים וע־צמות שחיוניים לעמידה וליציבה. הניתוח קוסמטי בלבד".

כפות ידיים: בלי כתמים

סוד ידוע הוא שאחד הסימנים שמסגירים את הגיל הוא מצב כפות הידיים. את יכולה לעשות מתי־חת פנים וצוואר, לנתח את העפעפיים, להזריק בוטו־קס, להקטין את האוזניים ולהתמרח במייק אפ, אבל מבט אחד בכפות הידיים יגלה בת כמה את באמת. לכן, טיפול קוסמטי אחד שנעשה מאוד פופולרי בקרב בנות 50 פלוס הוא מילוי כפות הי־דיים.

"קל מאוד לראות סימני פיגמנטציה וקמטוטים עדינים בכפות הידיים, במיר־חד בארץ שטופת שמש כמו שלנו", אומר ד"ר נמרוד פרידמן. "שינוי נוסף שמאפיין הזדקנות הוא אובדן שומן, ואז רואים ורידים וגידים בולטים. הטיפול בכתמי פיגמנטציה נעשה היום באמצעות מגוון טיפולים. אחד מהם מבוצע במכשיר איי־פי־אל, שפועל בדומה ללייזר, באמצעות שיגור אנרגיית אור מרוכזת שמפוררת את הפיגמנטים. ההצלחה היא בשיעור של כ־80%".

אחרי שכתמי הפיגמנטציה מוגרו, אפשר להמשיך הלאה. כדי להצעיר את כפות הידיים עלינו להוסיף נפח ולחות לרקמות העמוקות. "הוספת לחות לעור נעשית על ידי הזרקה לתוך העור של חומרים שמבר־ססים על חומצה היאלורונית, כמו פיורגן או רסטי־לן", אומר ד"ר פרידמן. "החומרים האלה מחזיקים שישה עד תשעה חודשים. עושים סדרה של שלושה טיפולים, בהפרשים של כחודש ביניהם, וטיפול חוזר כל חצי שנה. הטיפול, שעלותו כ־6,000 שקל, נפלא למי שרוצה לשפר את מראה רקמת העור".

איך הלחות מגיעה לעור?

"החומר קושר אליו מולקולות של מים, ומכאן הל־חות".

טיפול נוסף לשיפור מראה כפות הידיים נעשה באמצעות הזרקת שומן עצמי, שנלקח מהבטן או מהי־רכיים (או מהברכיים המכוערות). "הניתוח לא שכיח, אבל זה טרנד שתופס יותר ויותר", אומר ד"ר פרידמן. "זה טיפול שעדיף לעשות בחדר ניתוח ולא במרפאה, משום שזה ניתוח לכל דבר, שנעשה בהרדמה מקומית או כללית".

מה קורה אם השומן לא נקלט?

"השומן נקלט, אלא שלפע־מים יש לחזור על התהליך מספר פעמים. הבעיה היא שאם תאי השומן לא נקלטו, יש במקום נפיחות למשך מספר חודשים".

למלא את החסר בהזרקה

[illegible] לרפואת עור [illegible] שומן לכפות [illegible] לא מזריקים [illegible] להתעסק עם [illegible] עור ועור ועור [illegible] למטופל ודורש [illegible] ורדמת ממילא, [illegible] ודמנות לשאוב [illegible] גב היד".

[illegible]יץ' היא הזרקת [illegible]ק גם לברכיים [illegible]מון שנים בשי־[illegible] שחוו הרס ניכר [illegible] הצליח גם כאן.

חלה עלייה של מאות אחוזים במספר הנשים שרו־צות לשפר את מראה כפות הרגליים והמרפקים.

"לא מדובר בעור עבה שזקוק לפדיקור", היא מדגישה, "אלא בחריצים עמוקים בעור כף הרגל. חריצים כאלה יש גם אצל אישה בת 50 פלוס שעושה פריקור באופן קבוע. ככל שאנחנו מתב־גרים גם המרפק נעשה פחות אסתטי. אם תסתכ־לי על המרפק שלך, תגלי שיש בו קו עמוק ועור רפוי, זה אומר שחסר קולגן".

סילוק הקמטים המסגירים נעשה באמצעות שילוב של שיטות שונות. "את כף הרגל ואת המ־רפק אפשר למלא בהזרקות, לעשות שם פיילינג והזרקת לחויות", אומרת רפאל. "כל החומרים חייבים להיות טבעיים ואסור שיהיו ארוכי טווח. אם חלילה הרופא הזריק יותר מדי חומר – תהיה בליטה חיצונית. אנחנו משתמשים ברסטילן או באוולנס, שנותנים למרפק או לכף הרגל מראה תפוח ורענן. ההזרקה מתפיחה את הקמט, והפילי־נג מסיר את שכבת העור המעובה. אחר כך אנח־נו עושים הזרקת לחות".

ואכן, לפי סקר אמריקאי שפורסם בסוף מאי 2005, טיפולים וניתוחים קוסמטיים לכפות הרג־ליים צוברים תאוצה, ואף דיווחו על ניתוחים משונים להארכת האצבעות, הצרת כף הרגל, שאיבת שומן מהאצבעות והוספת שומן לאצב־עות כחושות במיוחד. הרופאים האמריקאים ממ־ליצים להימנע מהניתוחים האלה, שברוב המקרים מיותרים וכואבים. ●

טיפוח

הביו אלקמיד ביסודו מוגדר כשתל, שמורכב מ־97% מים ו־3% חומר סינתטי. בתוך שלושה־ארבעה חוד־שים החומר יוצר מעין שתל של מים מתחת לעור. חשבתי שאם החומר עובד טוב בלחיים ובישבן, אין שום סיבה שהוא לא יעבוד גם בכפות הידיים".

פעולת ההזרקה יכולה להזכיר משחקי פלסטלינה או הכנת עוגה. "אני מזריק חומר הרדמה מקומי בכ־פות הידיים, ולאחר מכן אני מזריק 5 סי־סי ביו אל־קמיד צמיגי, גושים גושים, לכל כף יד", אומר ד"ר שלקוביץ'. "אני מרדד אותו כמו שאת מרדדת בצק ומפזר אותו עד לקבלת משטח אחיד. מחיר טיפול לשתי הידיים הוא כ־8,000 שקל. נכון להיום הזרקתי ביו אלקמיד לעשרה מטופלים, והמגמה מאוד חיו־בית".

מה עם זיהומים שעלולים להיגרם מביו אלק־מיד?

"החומר עלול ליצור זיהומים, ולכן כל מי שאני מזריק לו ביו אלקמיד לוקח אנטיביוטיקה לחמישה ימים. לפעמים החומר יוצר תהליך דלקתי, כי הגוף דוחה אותו. היו מקרים בודדים של זיהומים בעקבות שימוש בביו אלקמיד, אבל לא בכף היד. בכל מקרה, עוד לא נתקלתי בסיבוך בלתי הפיך. אני משתמש בחומר שלוש שנים, יש לי ניסיון של מאות טיפולים איתו, ולא נתקלתי בבעיה שלא הצלחתי לתקן במ־לואה".

הקרסול מחורץ? יתפיחו לך אותו

הרצון להיות בעלת עור חלק גובר על כל הי־גיון. מילא להעלים קמטים בצידי הפה, אבל לטשטש פגמים בכפות הרגליים או במרפקים? לדברי רונית רפאל, בעלת מרכזים רפואיים קוסמטיים,

ברך משופצת

אלמוג עוזיאל

אלמוג עוזיאל

ברך בריאות

ידיעות אחרונות

צילום: ויז'ואל

חוזק ופוריות. לעומתן, נשים אחרי גיל הפוריות מעדיפות קול נשי, שמסמל רוך ודאגה (מחקר בריטי)

ש', כנראה מפני שקול גברי מסמל מבחינה אבולוציונית