

# V INTÍMNEJ ZÓNE KRÁSY

Omladenie intímnej oblasti žien a mužov je dnes bežná záležitosť. Aj tieto miesta sú predmetom skrášľovania.



**T**ak ako sa staráme o svoju tvár a telo, chceme, aby vyzerali dobre aj naše intímne oblasti. Sme však zvedavé, či jemné estetické úpravy majú vplyv aj na zdravie a kvalitu života. Máme veľa dôverných otázok, na ktoré nám odpovie MUDr. Barbora Brezová, PhD., MPH, MHA, plastická chirurgička a špecialistka estetickej medicíny. „Intímne omladenia za posledné roky pribúdajú a postupne sa búrajú mýty, že takéto zásahy sú zbytočné. Zo zdravotného hľadiska ich najčastejšie vyhľadávajú ženy, ktoré absolvovali pôrod. Vaginálne steny totiž po pôrode, ale aj vekom prirodzene ochabujú. To môže mať za následok zhoršenie sexuálneho prežívania, problémy s inkontinenciou a podobne. Vaginálna stena stráca i obranyschopnosť pred infekciami. Oslabenie panvového dna a zmeny na stenách pošvy môžu viesť k diskomfortu. Zákroky pomáhajú pri suchosti, ochabovaní stien, bolestiach v pošve a opakovaných zápaloch, dokonca aj pri inkontinencii prvého stupňa.“

## SPEVNENÁ A PRUŽNÁ

Ako sa vykonáva rejuvenizácia pošvových stien? MUDr. Barbora Brezová nám to priblíži pohľadom lekára: „Ide vlastne o vnútorné omladenie a indikáciu na ošetrovanie zvyčajne odporučí gynekológ. Často (a správne) práve gynekológovia tieto ošetrenia v estetických klinikách vykonávajú. Najčastejšie ide o ošetrovanie laserom, ktorý sa zavedie do pošvy. Ošetrovanie je nutné opakovať, pričom frekvenciu určí lekár. Nie je to bolestivé a k zotaveniu dochádza do piatich dní. Možno očakávať zúženie vagíny, spevnenie jej stien a tým aj zlepšenie sexuálneho života. Možno tiež aplikovať kyselinu hyaluronóvu do oblasti bodu G a zlepšiť tak sexuálnu kondíciu.“



MUDr. Barbora Brezová, PhD., MPH, MHA, plastická chirurgička a špecialistka estetickej medicíny

Často (a správne) práve gynekológovia tieto ošetrenia v estetických klinikách vykonávajú. Najčastejšie ide o ošetrovanie laserom, ktorý sa zavedie do pošvy. Ošetrovanie je nutné opakovať, pričom frekvenciu určí lekár. Nie je to bolestivé a k zotaveniu dochádza do piatich dní. Možno očakávať zúženie vagíny, spevnenie jej stien a tým aj zlepšenie sexuálneho života. Možno tiež aplikovať kyselinu hyaluronóvu do oblasti bodu G a zlepšiť tak sexuálnu kondíciu.“

## FIT AJ ZVONKA

Ak žena túži po estetickom omladení či zosvetlení pokožky v intímnej zóne,

INTÍMNE OMLADENIA VYHLADÁVA ZO ZDRAVOTNÝCH AJ Z ESTETICKÝCH DÔVODOV ČORAZ VIAC ŽIEN.

na estetickej klinike jej ponúknu vonkajšie úpravy. Patrí k nim takzvaná labioplastika, pri ktorej skúsený chirurg upraví pokožku okolo vagíny. Cieľom je odstránenie nadbytočného tkaniva a úprava tvaru malých pyskov. Rýchlo sa lieči, ale je nutné mesiac dodržať intímnu abstinenciu. Pri ochabnutí vonkajších rodidiel pomáha aj aplikácia kyseliny hyaluronovej, ktorá zlepšuje elasticitu. V neposlednom rade sa vykonáva aj zosvetlenie pokožky v intímnej oblasti pomocou špeciálneho pílingu. Vonkajšiu krásu intímnej zóny možno znásobiť klasickou laserovou epiláciou. Je to pokrok vedúci k estetickej aj hygienickej pohode.

## MUŽSKÉ ZÁKROKY

Pri zdravotných problémoch, ako je predčasné vyvrcholenie, krátka uzdička či bolestivý styk, sa spolupracuje s urológom. Plastického chirurga muži väčšinou vyhľadajú pre zväčšenie, predĺženie penisu alebo vybielenie análneho otvoru. Mužskú pýchku možno zväčšiť pomocou kyseliny hyaluronovej alebo aplikáciou vlastného tuku v celkovej anestézii. Niektorí muži vyhľadávajú takzvaný scrotex, čo je vlastne aplikácia botoxu na vyhladenie intímnych častí. Existuje aj scrotoplastika, chirurgická úprava mieška, čím sa dosiahne mladistvejší vzhľad týchto miest. **E**