

İşlemden Beklenen Faydalar

Karın germe ameliyatı, orta ve alt karın bölgesinde bulunan yağ fazlalığının ve sarkık haldeki derinin alındığı ve karın kaslarının gerilerek sağlaştırdığı bir cerrahi girişimdir. Karın germe ameliyatı bir şişmanlık tedavisi değildir. Şişman kişiler bu cerrahi girişimden önce verebilecekleri miktarda kilo vermelidirler. Karın germe ameliyatı için plastik cerrahlar tarafından kullanılan pek çok teknik vardır. Karın germe ameliyatı, diğer vücut hatlarına yönelik düzeltme ameliyatları ile birlikte yapılabilir.

İşlemin Uygulanmaması Durumunda Karşılaşılabilecek Sorunlar

Karın germe ameliyatı hem estetik hem de fonksiyonel faydaları olan bir cerrahi prosedürdür. Karın germe ameliyatı sonrasında sırt ağrıları olan hastalar da bir miktar fayda görmektedir.

Ameliyat öncesi:

Bu dönemde cerrahınız size uyulması gereken bazı noktaları hatırlatacaktır. Özellikle eğer sigara içiyorsanız, buna ameliyattan 2 hafta öncesinden iki hafta sonrasına kadar ara vermelisiniz. Bu dönemde güneşte fazla kalmamalısınız. Eğer kullanıyorsanız E vitamini ve aspirine bu dönemde ara veriniz ve ameliyat öncesi ağır diyet rejimlerinden kaçınınız. Soğuk algınlığı ya da başka bir enfeksiyon ameliyatın ertelenmesine sebep olabilir.

Ameliyat öncesi yapılacak işlemin detaylarının planlanması için bir çizim yapılacaktır. Bunu takiben ameliyat öncesi ve sonrasının kıyaslanmasında gerekli olan fotoğraf çekimleri tamamlanacaktır.

Ameliyat:

Ameliyat, işleme bağlı olarak 2–5 saat sürebilir. Sıklıkla iç çamaşırı altında gizlenebilen ve göbeğin 8–10 cm altında ve kıllı bölgenin üzerinde kalan bir kesi hattı yapılır. Göbek çevresine cerrahın tercihine göre ikinci bir kesi yapılır. Ameliyat bittikten sonra kesi hattı tercihe göre ya metal zımbalar ya deri üzerinde tek tek dikişler ya da derialtından gizli dikiş ile kapatılır ve pansumanlar ile örtülür. Bölgede toplanacak fazla sıvıyı dışarı almak amacıyla dren adı verilen bir ya da iki tüp yerleştirilebilir. Ameliyat sırasında genellikle ilk gün kullanılmak üzere idrar sondası uygulanmaktadır. Ayağa kalkmanızı takiben idrar sondası çekilecektir.

Ameliyat sonrası:

Ameliyat sonrası dönemde V pozisyonu olarak adlandırdığımız bir pozisyonda yatmanız sağlanacak, böylece ameliyat bölgenizde oluşacak gerginlik azaltılmaya çalışılacaktır. Bu pozisyon belinizden itibaren gövdenizin 45 derece yükseltildiği pozisyonudur. Zaman zaman bacaklarınızı kırarak gövdenize yaklaştırmaya, aynı anda belden itibaren gövdenizi yatar duruma getirmenize müsaade edilir. Ameliyat sonrası ilk saatlerden itibaren bacaklarınızı sık sık hareket ettirmeniz istenir.

Ameliyat sonrası karnınızı kavrayan bir karın korsesi uygulanacaktır. Basıncı ayarlanabilen bu korse ameliyat bölgenizin hareketsiz kalmasına ve şişmesinin engellenmesine katkı sağlamak amacıyla kullanılır.

Ameliyat sonrası ilk saatlerde bir şey yemenize izin verilmez. Genellikle ilk beslenme sıvı gıdalarla olur. Rahat gaz çıkarabildikten sonra yumuşak gıdalarla beslenmeye geçilir. Ameliyat sonrası ilk haftalarda genellikle öğün sayısını artırmanız ve miktarı kısıtlı tutmanız, gaz yapıcı gıdalardan kaçınmanız gerekmektedir.

Ameliyat sonrası ilk gün en sıkıntılı dönemdir. Bu dönemi daha rahat geçirmeniz için ağrı kesiciler ve zaman zaman uyku yapıcı ilaçlar kullanılır. İlk birkaç gün karın bölgesinde şişlik ve ağrı olabilir. Fakat bu ağrı, ağrı kesiciler ile kontrol altına alınabilir. Drenler ortalama 1–3 gün, deri üzerindeki erimeyen dikişler 1–3 hafta sonra alınır. Derialtından gizli dikiş olarak uygulanan eriyebilir dikişlerin alınmasına gerek yoktur.

Karın germe ameliyatlarının en çok korkulan komplikasyonu embolidir. Bundan korunmak için gerekli hallerde kan sulandırıcı ilaçlar verilir ve bacaklara varis çorapları uygulanır. Bütün bunlara rağmen emboli gelişebilir. Sizde veya ailenizde emboli öyküsü varsa mutlaka belirtilmelidir. Emboliyi oluşturan mekanizmalardan en önemlisi uzun süren hareketsizliklerdir. Bu nedenle kalkmanıza izin verinceye kadar yatak içinde bacaklarınızı hareket ettirmeniz sık sık kalçanızı oynatmanız ve aynı pozisyonda yatmamanız yerinde olur. Zaman zaman bacaklarınıza ve baldırlarınıza masaj yapılması faydalıdır.

İlk kez kalkmanıza izin verildiğinde size yardım edilecektir. İlk kez kalkarken baş dönmesi ve fenalık hissi hiç nadir değildir. Bunu engellemek için ilk kalkışınızda uzun bir süre yatak kenarında oturmanız ve karşıya bakarak kalkmanız rahatlatıcı olur. Aynı şekilde ilk günlerde ayağa kalktığınızda dik yürümeniz ve gerinmeniz doğru olmaz. Karnınızdaki gerginlik nedeniyle hafifçe eğilmeniz yararlı olur.

Ameliyattan sonraki ilk iki gün vücudun ödemli olduğu dönemdir. Bu dönemde vücut su toplar, hareketler zorlaşır. Genellikle üçüncü günden itibaren ödem azalmaya başlar hareketler kolaylaşır.

Ameliyattan sonra hastanede kalacağınız süre 2-3 gecedir. Eve gitmenize izin verildikten sonrada ilk haftayı ev istirahatinde geçirmeniz beklenir.

Ameliyat sonrası ilk bir hafta sigara konusunda dikkatli olunmalıdır. Sigaranın yara iyileşme sürecine olumsuz etkisi olduğu unutulmamalıdır. Ameliyattan sonra ikinci haftadan itibaren yavaş yavaş sosyal hayatınıza dönmeye izin verilir. Fakat altı hafta süreyle ağır işler yapmamanız beklenir.

Genellikle ilk hafta ameliyat bölgenizi ıslatmadan yarım duşlar almanıza izin verilir. İkinci haftadan itibaren tam duş alınabilir. Dördüncü haftadan önce havuz ve denize girmenize izin verilmez. Ameliyattan sonra altı hafta boyunca sauna, solaryum, buhar banyosu, güneş banyosu ve ağır sporlar sakıncalıdır.

Ameliyat kesisi özellikle ameliyat sonrası ilk aylarda (3-4 ay) kırmızı kaşıntılı ve çok belli olabilir. Zaman içinde özellikle altıncı aydan sonra ameliyat izinin, renginin açılması, kaşıntının azalması beklenir. Bu süreç iki yıla kadar devam eder. İki yılın sonunda bile ameliyat bölgesinde deri renginde incede olsa ameliyat izi kalır. Bu izin operasyon planı sırasında kilot ve bikini çizgisi içinde kalmasına gayret edilir.

Ameliyat sonrası dönemde özellikle göbek altındaki bölgede uzun süren, bazen de kalıcı olabilen uyuşukluklar oluşur. Bunların zaman içinde daha iyi olması beklenir.

Alternatif Tedavi:

Vakum eşliğinde yağ alınması (liposuction) eğer iyi kalitede gergin bir cilt ve sınırlı yağ birikimi varsa ve karın duvarı sağlamsa normal ağırlıktaki kişilerde alternatif olarak düşünülebilir. Tüm vücut yağının azaltılmasında diyet ve egzersiz programları da etkili olabilir, ancak deri sarkıklığına etkili olmaz. Beraberinde deri fazlalığı ve sarkıklığı da varsa liposuction yöntemi tek başına bir çözüm olmamaktadır.

Karın germe ameliyatının riskleri:

Ameliyata karar verirken aşağıda sıralanan riskleri ve komplikasyonları iyice anlamanız önemlidir.

Her cerrahi işlemin belli miktarda riski mevcuttur ve önemli olan sizin karın germe ameliyatı ile ilgili olanları anlamanızdır. Kişinin cerrahi işlemi kabul etmesinde işlemin risk ve faydalarının karşılaştırılması esastır. Pek çok kadın ya da erkek aşağıdaki komplikasyonlar ile karşılaşmasa bile; siz plastik cerrahınızla riskleri, potansiyel komplikasyonları ve sonuçlarını, anladığınıza emin olana kadar tartışın.

Kanama: Sık rastlanmasa da operasyon sırasında ya da sonrasında karşılaşılması olasılığı vardır. Postoperatif kanama olduğunda, biriken kanın acil drenajı ve kan transfüzyonu gerekebilir. Ameliyattan on gün öncesinden başlayarak aspirin ya da antinflamatuar tedaviler almayınız, çünkü bu kanama riskini artırabilir.

Enfeksiyon: Bu tip cerrahi girişim sonrası enfeksiyon olağan değildir. Ameliyatı takiben enfeksiyon gelişirse antibiyotikleri içeren tedavi ya da ek cerrahi girişim gerekebilir.

Deri duyusunda değişiklik: Kesi hattının üstündeki alanlarda hissizlik-uyuşma ve ödem (şişlik) oluşması doğaldır. Bu, genellikle geçici bir durumdur ve bunun ortadan kalkması 6-12 aya kadar uzayabilir. Hissizlik durumu nadiren kalıcı olabilir. Bu arada, kas zarlarının katlandığı alanlarda, ameliyat sonrasında dikiş yerlerinin elle hissedilmesi mümkün olabilir.

Vücut hatlarında düzensizlikler: Karın germe sonrası vücut hatlarında düzensizlikler gelişebilir. Ek olarak gözle görünür ya da elle hissedilebilen cilt katlantıları oluşabilir.

Deride Bırakacağı İz: Ameliyatın kesi hattında ve göbek çevresinde önceleri kırmızı renkte olan, zamanla pembeleşip solma gösteren (en az 6 ay sonunda) izler olacaktır. Hastada anormal yara iyileşmesi varsa ya da ortaya çıkarsa, belirgin nedbe dokusu oluşabilir (hipertrofik skar / keloid). Aşırı nedbeleşme olağan değildir. Nadir vakalarda anormal izler oluşabilir. İzler çirkin ve çevre deriden farklı renkte olabilir. Anormal gelişen nedbeleşme için cerrahiyi de içeren ek tedavi gerekebilir.

Anestezi: Hem lokal hem genel anestezi risk taşır. Tüm cerrahi anestezi ve sedasyon işlemlerinde en basitten çok nadir olmakla birlikte ölüme kadar varan komplikasyonların görülme olasılığı vardır.

Asimetri: Simetrik vücut görüntüsü karın germe sonrası sağlanamayabilir. Deri gerginliği, yağ birikimleri, vücut çıkıntıları gibi faktörler nedeni ile vücutta bir asimetri daha önceden de var olabilir.

Gecikmiş İyileşme: Yarada açılma ya da geç iyileşme olasıdır. Karının belli bölgeleri normal iyileşmeyebilir ve iyileşmesi uzun zaman alabilir. Kesi hattının üzerindeki alanda veya göbekte kısmi ya da tam doku kaybı olabilir. Bu durum özellikle sigara kullanımı ve ameliyattan sonraki dönemde önerilen yatış ve yürüme pozisyonlarına dikkat etmeme sonucu ortaya çıkar.

Allerjik Reaksiyonlar: Nadir olarak kullanılan bantlara, dikiş malzemesine ya da sürülen kremlere allerjiler bildirilmiştir. Daha ciddi sistemik reaksiyonlar cerrahi işlem sırasında kullanılan ya da sonrasında reçete edilen ilaçlarla gelişebilir. Alerjik reaksiyonlar ek tedavi gerektirebilir.

Akciğer Komplikasyonları: Akciğer komplikasyonları hem kan pıhtısına (pulmoner emboli) hem de genel anestezi sonrası akciğerlerin sönmeye bağlı olarak gelişebilir. Akciğerlerinizde küçük alanlarda kapanma görülebilir. Bu durum, akciğer enfeksiyonu riskini artırır. Antibiyotik kullanımı ve solunum fizyoterapisi gerekebilir. Her iki komplikasyon için de tedavi hastaneye yatırılmayı ve ek tedavileri gerektirebilir. Akciğer embolisi bazı durumlarda hayat tehdit edici ve ölümcül sonuçlara neden olabilir.

Seroma: Karın duvarı ve cilt arasında sıvı birikimi nadiren gelişebilir. Geliştiğinde ise drenajı için ek tedavi gerekebilir.

Ağrı: Karın germe sonrası nedbe doku içinde kalmış sinir uçları nedeni ile nadiren kronik ağrı gelişebilir.

Göbek Deligi: Göbek deliğinin kötü yerleşimi, nedbeleşmesi, kabul edilemez bir görüntüde olması ya da kaybı gelişebilir.

Tatmin Edici Olmayan Sonuçlar: Geçirdiğiniz cerrahi işlemin sonuçları ile ilgili olarak nadiren hayal kırıklığına uğrayabilirsiniz. Ameliyat izinde asimetri, göbeğin yanlış yerleşimi, kesi hattının üstündeki dokularda asimetri yapacak şekilde kontur farklılıkları olabilir. Buna ek olarak kasık bölgesi kıllarında yukarıya doğru çekilme olabilir. Bu tür görüntüler hiç tatmin edici olmayabilir. Bu tip sonuçları düzeltmek için ek cerrahi girişim gerekebilir.

Uzun Dönem Etkiler: Yaşlanmaya, gebeliğe ve kilo alıp vermeye bağlı olarak ameliyat bölgesi dışında vücut hatlarında değişiklikler gelişebilir. Ayrıca ileride meme kanseri gelişir ve meme rekonstrüksiyonu gerekirse, abdominoplasti ameliyatından sonra karın derisinin kullanılması mümkün olmaz.

İşlemin Tahmini Süresi: Prosedür yaklaşık 3-4 saat sürmektedir.

Kullanılacak İlaçların Muhtemel İstenmeyen Etkileri ve Dikkat Edilecek Hususlar

Ameliyat sonrasında kullanılacak özelliikli ilaç yoktur. Antibiyotik ve ağrı kesici doktorunuz tarafından önerildiği şekilde kullanınız. **Kanama zamanını uzatan (kan sulandırıcı) ilaç kullanımı öykünüz varsa doktorunuza bilgi veriniz.**

İşlem Öncesi ve Sonrası Dikkat Etmesi gereken Hususlar ile Dikkat Edilmemesi Durumunda Yaşanabilecek Sorunlar
Ameliyat sonrası V şeklinde pozisyonunuzu korumanız ve korseyi hekiminiz söyleyene kadar takmamız gerektirir. Ameliyat sonrası ilk bir hafta sigara konusunda dikkatli olunmalıdır. Sigaranın yara iyileşme sürecine olumsuz etkisi olduğu unutulmamalıdır. Ameliyattan sonra ikinci haftadan itibaren yavaş yavaş sosyal hayatınıza dönmeye izin verilir. Fakat altı hafta süreyle ağır işler yapmamanız beklenir. Ameliyat sonrası yara iyileşmesini bozması nedeniyle **sigara içilmemelidir.**

Ameliyat öncesi ve sonrası fotoğraflarımın çekilmesini ve her türlü tıbbi verimin kimliğim gizli kalacak şekilde, bilimsel araştırma ve sunularda kullanılmasını kabul ediyorum

- Doktorumdan tıbbi durumumun tanı ve tedavisi ile ilgili yapılacak tıbbi tedavi konusunda ve bu tedavinin gerekliliği, girişimin seyri ve diğer tedavi seçenekleri hakkında ayrıntılı bilgi aldım.
- İşlem sırasında oluşabilecek olumsuzluklar ve olası riskleri bana ayrıntıları ile anlatıldı.
- Bana önerilen tanı ve tedavi yöntemlerini reddettiğim zaman sağlığımı tehdit edici hangi risklerin olabileceği, bu tedavi yerine uygulanabilecek bir başka tedavi yönteminin bulunup bulunmadığı konusunda bilgilendirildim.
- Bu formda tanımlananlar dışında yapılacak herhangi bir ek girişimin yalnızca sağlığıma yönelik ciddi zararların önlenmesi ve yaşamımın kurtarılması için uygulanabileceği bana anlatıldı.
- Kimlik bilgilerim ifşa edilmemek kaydıyla, hastalığımla ilgili tüm tıbbi veriler ile her türlü tetkik materyallerinin ve tetkik sonuçlarının eğitim ve bilimsel çalışma amaçlı olarak kullanılabileceği bana anlatıldı. Doktorum tüm sorularımı anlayabileceğim bir biçimde yanıtladı.
- Doktorum tüm sorularımı anlayabileceğim bir biçimde yanıtladı.
- Aklım başımda ve kendimi karar verecek yeterlilikte görüyorum.
- İstemediğim takdirde tedavi/girişime onam vermek zorunda olmadığımı ve/veya istediğim aşamada vazgeçebileceğimi biliyorum.

Not: Lütfen el yazınızla “okudum, anladım ve kabul ediyorum” yazınız ve imzalayınız.

Hastanın veya Yakınının

Adı- Soyadı : _____
Tarih-Saat : ____/____/_____
İmza : _____
Yakınlık Derecesi: _____

Ben “Bilgilendirme ve Rıza Belgesinin” içindeki bilgileri hastanın kendisine, ebeveynine veya yakınlarına yapabileceğim en iyi şekilde aktardım .

İŞLEMİ YAPAN (Hekim)

Adı – Soyadı : _____
Kaşe / İmza : _____
Tarih / Saat : ____/____/_____
