

AIJA LAZOKA



EVIJA RODKE



Dr. Feldmaņa privātklinika
plastiskā ķirurģija, estētiskā medicīna, Med SPA

Dažkārt sievietēm iedzimtības, dažādu traumu pēc vai pēc dzemdībām mazo kaunuma lūpu izmērs ir mainīts un iespaido dzīves kvalitāti. Visbiežāk diskomfortu veido palielinātas kaunuma lūpas, kas ne tikai rada virkni sadzīves problēmu, bet traucē arī dzimumakta laikā.

VISDELIKĀTĀKA operācija

Kad veikt kaunuma lūpu korekciju?

Problēma rodas, ja mazās kaunuma lūpas ir krietni lielākas par lielajām. Ko nozīmē «krietni lielākas»? Tas tiešām ir diskutabli, ne velti speciālajā literatūrā un profesionāļu vidokļos neatrast precīzus mērus: cik centimetru uzskatāmi par normu un cik – jau par daudz.

Tāpat kā jebkurā citā jomā, kas skar mūsu ķermeni – vai tas būtu krūšu lielums, vai deguna garums – nav tādu universālu normu, kas norādītu absolūto pareizumu! Taču anatomiski precīzi noteikts – gluži tāpat, kā lūpas nosedz zobus, tāpat lielās kaunuma lūpas nosedz mazās. Ja mazās kaunuma lūpas ir lielākas un, kas pats galvenais, rada diskomfortu, glābiņš būs tikai un vienīgi mazo kaunuma lūpu korekcija ar plastikas operācijas palīdzību.

Nepieciešamība vai kaprīze?

Mazās kaunuma lūpas ir gļotādu veidojums, tādēļ pilnīgi dabiski tās ir paslēptas aiz lielajām, saglabājot siltumu un mitrumu. Ja mazās lūpas sava izmēra dēļ tomēr atrodas ārpusē, rodas visdažādākās nepatīkamās izjūtas. Sievietes, kurām kaunuma lūpu attiecība ir normai atbilstoša, šīs sajūtas nespēj pat iztēloties, tādējādi neizprotot problēmu vai uzskatot tās likvidēšanu ar operācijas palīdzību par kaprīzi. Garākās mazās kaunuma lūpas, ko savas prakses laikā esmu operējusi, bijušas septiņus centimetrus ārpus lielajām. Dažkārt pēc traumām kaunuma lūpas kļūst garas, turklāt nesimetriskas. Ja ir konkrētas sūdzības un diskomforts, par kādām kaprīzēm gan varētu būt runa?! Palielinātas kaunuma lūpas apgrūtina sportošanu, jo sevišķi, ja tā saistīta ar apspīlēta apģērba nēsāšanu vai



konsultē
EVIJA RODKE,
plastikas ķirurģe

sēdēšanu, piemēram, velosipēdi, *bodibaiki*, jāšana ar zirgu ir traumējoša, nepatīkama, pat sāpīga. Apgrūtināša ir apspīlēta apģērba valkāšana arī ikdienā – pieguloši džinsi rada diskomfortu, noberzumus. Veļas izvēle top par nopietnu problēmu. Dažkārt ļoti apgrūtinātas ir intīmās attiecības. Grūti ievērot intīmo higiēnu mēnešreizi laikā – ir sarežģīti ievietot higiēnisko tamponu, jo mazās kaunuma lūpas mēdz dziļi ieslidēt makstī. Patiesībā pat vienkārši staigājot, pat bez apakšveļas vai apģērba, izteikti lielas mazās kaunuma lūpas aizķeras, noberžas viena gar otru, jo gļotāda ir pārāk maiga un plāna, lai iztiktu bez aizsardzības.

Man vairs nesalst!

Savā praksē esmu redzējusi līdz čūlām un hroniskiem apsārtumiem noberztas kaunuma lūpas, turklāt šādā (iekausūšā) stāvoklī tās

pacientei bijušas teju vai pastāvīgi. Pacientes ar dažādiem krēmiem cenšas tās dziedēt. Vēl kāds neticams fakts – nesēn no savas pacientes, kam tika veikta mazo kaunuma lūpu korekcija, kā paldies saņēmu frāzi: «Dakter, pirmo reizi mūžā varēju ļauties naktsmieram bez biksītēm! Man vairs miegā nesalst!» Biju ārkārtīgi pārsteigta, jo nespēju iedomāties, ka arī TĀ var būt, ka atsegtās glotādas rada pastāvīgu aukstuma sajūtu. Visu laiku salst intīmā zona! Tas nav patīkami!

Saaugumi

Kāda manai pacientei (deviņpadsmitgadīgai meitenei) abas krietni lielākās mazās kaunuma lūpas turklāt bija gandrīz pilnīgi saaugušas kopā. Lai arī urīna izvadi tas netraucēja, par seksuālām attiecībām vai dzemdībām nevarēja būt runas, kur nu vēl elementāra higiēna! Viņa bija atnākusi kopā ar māti, patiesi izmisusi. Un tikpat patiesi laimīga, kad pēc īsas operācijas problēmas atkāpās uz visiem laikiem!

Tas ir normāli?

Pārāk lielas mazās kaunuma lūpas, protams, ir viena no dabas variācijām, kļūdām. Gluži tāpat kā pārāk liels deguns, pārāk lielas vai mazas krūtis. Tās ir normāli? Savā praksē saskaros ar klientēm, kas cietušas ilgi, jo ginekologs tieši tā pateicis: «Tas ir normāli, dabiski! Kā Dieviņš devis, tā jādzīvo!» Bieži dzirdu, ka esmu pirmā persona, kam sieviete spējusi ko tādu atklāt, viņa raud un ik dienas pārcieš grūtības, ačgārnas normu izpratnes dēļ! Vai sievieti ar šādu īpatnību ir daudz? Grūti atbildēt, jo statistikas datu nav, taču man ir cita mēraukla – mana prakse un pieredze. Varu teikt – mazo kaunuma lūpu korekciju veic bieži. Runājot ar ginekologiem, arī viņi apstiprina – šī variācija nav retums. Tieši tāpat, kā visas sievietes atšķiras sejā, tāpat atšķiras intīmā zonā! Man prieks, ka pēdējā laikā par šo problēmu runā vairāk, sievietes kļūst izglītotākas, zina, ka šīs problēmas var viegli atrisināt. Šīs operācijas pareizi veic ne tikai plastikas ķirurgi, bet arī vairāki ginekologi. Zinu arī, ka manu kolēģu (vīriešu) vidū šīs operācijas nav sevišķi izplatītas. To skaidroju ar pacientu lielāku uzticēšanos sievietei šajā intīmajā tēmā. Vidēji gadā veicu divdesmit, trīsdesmit kaunuma lūpu plastikas operācijas.

Es tāda esmu vienīgā...

Vēl joprojām valda neinformētība, kas turpina iespaidot sievietes dzīves. Joprojām nāk sievietes, kas mulsi teic: «Velos ar jums konsultēties, pieļauju, ka neko tādu vēl nebūsi redzējusi. Laikam tāda esmu vienīgā.»

Turklāt šai sievietei, lai saņemtos un runātu ar ārstu, bija vajadzīgi gadi, kas bijuši negatīvu emociju pilni. Citādi ir ar tām, kurām kaunuma lūpu deformācija izveidojusies pēc traumas (piemēram, kritot no velosipēda un saplēšot kaunuma lūpu) vai dzemdībām (neveiksmīgas šuves vai plūsuma rezultāts), proti, ar tādām, kas līdz tam dzīvojušas normālu dzīvi, veidojot attiecības un ģimeni. Viņas racionālāk uztver problēmu, lieki nevilcinoties, meklē speciālistu, kas palīdzētu.

Zaudēta dzīve

Visskumjākie ir stāsti, kad pie manis vērsās sievietē, kurai esmu pirmais cilvēks, kam viņa uztic savas bēdas. Visa viņas dzīve līdz šim bijusi kompleksu māhta un tādējādi mokpilna. Šāda sievietē nekad nav bijusi pirtī, nekad nav gājusi kopā ar citām sievietēm dušā, vienmēr izvēloties situāciju, kad var palikt viena. Tādēļ viņa nav sportojusi un braukusi ceļojumos, uzturējusies nometnēs, kempingos. Viņai nekad nav bijis attiecību, ģimenes, bērnu. Tikai tāpēc, ka sievietē savu intīmo zonu uztver kā kaut ko apkaunojošu, nespējot padalīties sajūtās ne ar māti, ne māsu, draudzeni vai mīļoto vīrieti. Prieccē, ja sievietē atrod ceļu pie speciālista divdesmit, trīsdesmit gados, spējot pilnībā atbrīvoties no traucējuma. Manā praksē bijis gadījums, kad sievietē lielā vecumā saņēmas atnākt, jo bija dzirdējusi, ka tomēr ir iespēja atbrīvoties no šīm mūža garumā slēptajām un bezcerīgi ārstētajām čulām. Trīsdesmit minūšu operācija dāvāja šai sievietei veselību un labsajūtu, taču vairs nevarēja atdot viņas ciešanās, kompleksos un atturībā pavadīto dzīvi.

Visu nost!

Mazo kaunuma lūpu korekcijas operācija ilgst 30 līdz 45 minūtes un notiek vietējā un vispārējā anestēzijā, lai izslēgtu jutīgumu. Nav vienādu operāciju, katrai jāpielāgo individuālas «piegrieztnes»! Katrā ziņā ir ļoti svarīgi, lai mazās kaunuma lūpas netiktu likvidētas pilnībā. Bijuši gadījumi, ka sievietes, tiklāt ar savu īpatnību nomocijušās, lūdz ārstu: «Dakter, lūdzu, pilnīgi visu un «pa tīro» nost!» Lai cik tas nebūtu skumīgi, pie manis vērsušās sievietes, kas šādu lūgumu izteikušas citam ārstam, kurš to arī izpildījis, taču gaidītā atvieglojuma nav.

Viņas tad man lūgušas: «Dakter, dariet kaut ko! Man TUR ir absolūts caurvējš!» Kādēļ šīs sajūtas? Maksts ir nenosēgta, atstāta vaļā. Mazajām kaunuma lūpām sievietes ķermenī ir svarīga loma – tās nosēd maksti un ir kā vārti, kā durvis uz vitāli svarīgiem orgāniem. Tās nelaiž iekšā ne tikai mikrobus un

baktērijas, bet arī uztur maksts siltumu, mitrumu, tādējādi pasargājot audus. Ja šo vārtu vairs nav, sākas izžūšana un pārmaiņas audos un mikroflorā, radot reālas problēmas. Mājās durvis labojam, nevis izceļam no engēm, izmetam ārā, atstājot namu atvērtu visiem vējiem!

Biežāk uzdotie jautājumi

Sievietes interesējas, vai pēc operācijas nebūs saskatāmas rētas un vai tās rezultātā nevarētu tikt zaudēts jutīgums? Uz abiem jautājumiem atbildes ir iepriecinošas! Kaunuma lūpas ir ļoti labi apasiņota vieta, tādēļ teicami dzīst – savā praksē rētas neesmu redzējusi. Turklāt šī ķermeņa vietiņa ir ar daudzām krociņām, nelielā griezuma zīmīte tā ieguļas, ka redzēt neko nevarēs. Kaunuma lūpas nav tādu nervu galu, kurus traumējot varētu mainīt vai zaudēt jutīgumu, tādēļ arī raizēties par to nevajadzētu.

Jaunas, nedzemdējušas sievietes raizējas, vai operācija netraucēs dzemdībās. Nekādā ziņā! Audi šajā zonā ir elastīgi un pakļausies dzemdību norisēm.

Pēcooperācijas laiks

Pirms operācijas ārstam rūpīgi jāizskaidro gaidāmās operācijas gaita, ka tiks noņemti tikai liekie audi, atstājot gļitas, mazas, korektas kaunuma lūpas, kuras nosegs maksts ieeju un būs ietvertas lielajās lūpās. Pēc operācijas būs gan iekšējās, gan ārējās šuves.

Abu veidu šuves lieto tādēļ, ka organiskie diegi uzsūcas trijos mēnešos (kura gan vēlas tik ilgi staigāt ar «usiņām» intīmā zonā), savukārt ārējos diegus izņem jau desmitajā dienā pēc operācijas. Sievietes, kuras pēc dzemdībām piedzīvojušas plūsmus, zina, cik tas ir sāpīgi un cik grūti ir pirmie tualetes apmeklējumi, tādēļ domā, ka kaunuma lūpu korekcija varētu radīt līdzīgas sajūtas. Tomēr šī operācija nerada ne sūrstešanu, ne sāpes, jo lūpās nav nervu galiņu, kas varētu tās radīt.

Tūlīt pēc operācijas paciente var doties mājās, klīnikā nav jāpavada neviena diena (tas nozīmē, ka nav jālūdz brīvdienas darbā). Jāievēro higiēna – trīs dienas jāapmazgājas ar kumeliņu tēju pēc katra tualetes apmeklējuma, no ceturrtās dienas pārejot pie ierastajiem intīmkopšanas līdzekļiem.

Pirmās dienas pēc operācijas jālieto maigi ieliktniši, jāizvēlas brīvs apģērbs un nedrīkst nodarboties ar fiziskām aktivitātēm, jo sevišķi, ja tās saistītas ar sēdēšanu, piemēram, braukt ar *bodibaikiem*. Taču būtībā šī nav ierobežojoša operācija, un ļoti ātri pacients var sākt dzīvot aktīvi un laimīgi! 