

Skaista visos sīkumos

Jeb Delikāti par jaunumiem intīmajā plastikā

Šķiet, estētiskajā ziņā vairs nav nekā, ko mūsdienās nevar labot arī tad, ja problēma skar visintīmāko ķermeņa daļu. Pasaulē radusies jauna specialitātes apakšnozare – estētiskā ginekoloģija. Plastikā ķirurģijā ienāk jauninājums – G punkta injekcijas un intīmā atjaunināšana.

Teksts: Laura Ikaunieca

Konsultējušas Dr. Feldmaņa privātklīnikas plastikas ķirurģe Evija Rodke un Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas Ginekoloģijas klīnikas virsārste Nellija Lietuviene

Pieprasījums pēc dažādām plastiskajām operācijām, kas skar sievietes intīmo jomu, arvien pieaug. Nu jau sievietes vēlas ne tikai labot to, kas sabojāts dzemdībās, vai likvidēt defektus, kas rada fizisku diskomfortu, bet rūpējas arī par to, kā brieduma gados joprojām izskatīties glītai arī intīmajā

zonā. Visdažādākās intīmās plastikas metodes pārzina ne vien plastikas ķirurģi, bet arī operējošie ginekologi. Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas Ginekoloģijas klīnikas virsārste Nellija Lietuviene regulāri piedalās starptautiskajā konferencē Maskavā par iegurņa pamatnes patoloģiju ķirurģisko ārstēšanu un intīmo

plastiku, kur praktiskās nodarbībās apgūst gan lielo, gan mazo kaunuma lūpu korekciju, gan arī G punkta injekcijas. Savukārt plastikas ķirurģe Evija Rodke nupat atgriezies no Pirmā starptautiskā kosmetoloģijas un estētiskās ginekoloģijas kongresa. Viņas stāsta par jaunumiem un iespējām šajā jomā.

Intīmais anti-aging

Intīmā novecošana ir jauns termins, par kuru sievietes drīzumā dzirdēs ne reizi vien. Pasaulē dažādas ķirurģiskas manipulācijas intīmajā zonā, lai sievieti estētiski atjaunotu, īsteno kopš 2008. gada. Vislielāko interesi par veidiem, kā novērst intīmo novecošanos, izrāda dāmas vecumā no 35 līdz 55 gadiem, kas ir sociāli aktīvas, ar vidēju vai augstu dzīves līmeni. “Zūdot kolagēnam, mazinās arī ādas elastība, mitrums, var veidoties orgānu noslīdējumi, ausu atrofija, tāpēc dažkārt arī lielās kaunuma lūpas, tāpat kā plakstiņi vai krūtis, ar gadiem var zaudēt tvirtumu. Protams, seksuāli un sociāli aktīvu sievieti šāds defekts neapmierina un var radīt ne mazums

Lodītes, sekss un sports

Lai nākotnē pēc iespējas izvairītos no nepieciešamības veikt kādu no maksts plastikas operācijām, jau kopš bērnības meitenēm jānodarbojas ar sportu. Ginekologi neiebilst pret intīmpreču veikalā nopērkamajām vaginālajām lodītēm, kas, ievietotas makstī, darbojas kā trenāžieris, liekot muskuļiem būt sasprindzinātiem. Tas palīdz.

Taču vislabākā fizikultūra makstij ir regulārs sekss. Arī tad, ja sieviete ir aktīva, sportiska, pareizi ēd, viņa sev nodrošina dzīvi ne vien bez celulīta un lūmīga vēderiņa, bet arī bez problēmām intīmajā zonā.



Ginekologi neiebilst pret intīmpreču veikalā nopērkamajām vaginālajām lodītēm, kas, ievietotas makstī, darbojas kā trenāžieris, liekot muskuļiem būt sasprindzinātiem.

pārdzīvotību, par kuriem saprotamu iemeslu dēļ šķaļi neviens runāt nemēdz. Tāpēc arī pie mums drīzumā sāks piedāvāt plašāku operāciju klāstu, kas šī veida problēmas ļaus novērst,” skaidro plastikas ķirurģe Evija Rodke.

Jaunību var atgūt

• **Atgriez formu lielajām kaunuma lūpām.** Lielās kaunuma lūpas, kas zaudējušas tvirtumu, var atkal pārvērst savā jauneklīgajā formā, izmantojot hialuronskābes injekcijas, gan arī pašas pacientes taukaudus, kas ar liposukcijas metodi kādā ķermeņa zonā tiek atsūkti un ievadīti lielajās kaunuma lūpās.

• **Atjauno klitoru.** Kad audi zaudē savu tvirtumu, arī klitora zona var izmainīties, kļūt garenāka un sākas ne vien estētiska rakstura problēmas, bet arī iekaisumi apgrūtinātas higiēnas dēļ. Taču ar estētiskās ginekoloģijas metodēm klitora daļu var atjaunot tādu, kāda tā bija agrā jaunībā.

• **Rekonstruē maksts krokojumu.** Jau sen izpētīts un

pierādīts, ka makstī ir speciāls krokojums, kas tur neatrodas tāpat vien. Katrai krokai ir savs uzdevums, lai dzimumlocekli seksa laikā varētu labāk apņemt, noturēt un nodrošinātu vajadzīgo bāudu abiem partneriem. Plastikā ķirurģe Evija Rodke stāsta, ka ar laiku šis krokojums pamazām izlīdzinās, bet mūsdienu plastiskā ķirurģija spēsusi lielu soli uz priekšu, atklājot, kādā veidā krokojumu iespējams atjaunot, rekonstruējot maksts anatomiju, un tad intīmākā ķermeņa zona arī 70 gadu vecumā izskatīsies kā 16 gadus. Ķirurģe gan piebilst, ka ideāla efekta sasniegšanai maksts atjaunošana jāveic kopā ar ārsta ieteiktu hormonālo uzturterapiju, ko sieviete lieto menopauzes periodā, lai saglabātu maksts mitrumu un jaunības fizioloģiju. Arī ginekoloģe Nellija Lietuviene piekrīt, ka ar ķirurģiju vien jaunību atgriezt diez vai būtu iespējams: “Ja nebūs adekvāts estrogēnu līmenis, 70 gados piedzīvot tādu seksuālo dzīvi, kāda tā bija agrā jaunībā, būtu utopiski.

Jā, ievadot hialuronskābi konkrētos punktos, patiešām var uzlabot apasiņošanu, bet tas nenovērsīs, piemēram, sausumu makstī. Toties to var novērst, ja lokāli lieto ārsta nozīmētas estrogēnu saturošas ziedes, ko pacientēm iesaka arī pirms un pēc ginekoloģiskajām operācijām, lai varētu dzīvot pilnvērtīgu seksuālo dzīvi.”

• Veic maksts plastikas.

Pasaulē ķirurģi dažādas maksts atjaunošanas operācijas apkopājuši zem viena nosaukuma – *vaginatio*. Kad dzemdēti jau vairāki bērni, arī maksts vairs nav tāda kā jaunībā, bet to var rekonstruēt ķirurģiskā ceļā.

Maksts atjaunošana

Ar gadiem saistaudi kļūst vājāki un vairs nespēj ķermeni noturēt savās jauneklīgajās formās, tajā skaitā arī intīmajā zonā. Savukārt pēc maksts atjaunošanas operācijām sievietes intīmā zona atkal ir nevainojama. “Atkal viss ir šaurs, korekts, tvirts, pilns, nekas nav plats, sauss, gluds, un maksts nav vaļēja. Protams, šīs atjaunojošās operācijas nevar ▶



Citur pasaulē šobrīd jau veic G punkta injekcijas, dodot iespēju sievietēm pastiprināt seksuālās dzīves izjūtas.

► veikt tad, ja sieviete vēl plāno bērnus. Tādos gadījumos savest kārtībā var lielās kaunuma lūpas, atdot tām zudušo tvirtumu vai samazināt pārlietu garās mazās kaunuma lūpas, bet atjaunot klitoru, veikt maksts plastiku pirms dzemdībām nav vērts,” skaidro Evija Rodke.

Dažkārt maksts atjaunošanas operācija nepieciešama pēc traumatiskām dzemdībām, kad starpene plīsumi vai bijis nepieciešams veikt iegriezumu. Fizioloģiski makstij jābūt noslēgtai videi, un to nodrošina mazās un lielās kaunuma lūpas. Ja tā kādu iemeslu dēļ ir izmainīta un kļuvusi plata, atvērta, ir

nepieciešama korekcija, ko veic operējošie ginekologi. Ja vien nav ārsta slēdziena par to, ka šī operācija nepieciešama medicīnisku, nevis kosmētisku iemeslu dēļ, pakalpojums būs par maksu.

Ne vienmēr glābs seksuālo dzīvi

Bieži maksts sašaurināšanu sievietes izvēlas cerībā, ka tas uzlabos viņu seksuālo dzīvi, taču maldīgi uzskatīt, ka ķirurģija būs brīnumlīdzeklis. “Seksuālā labsajūta ne vienmēr ir saistīta ar maksts platumu vai šaurumu. Daudzi uzskata, ka nedzemdējušas meitenes ar ļoti šauru maksti dzimumakta laikā gūst lielāku

baudu, bet ne vienmēr tā notiek. Mēdz būt arī otrādi – pārāk šaura maksts traucē sasniegt orgasmu kā vienam, tā otram,” skaidro ginekoloģe Nellija Lietuviete. Arī kaunuma lūpām, klitoram un tā apvalciņam ir svarīga loma orgasma gūšanā, tomēr, būsīm atklāti, visbiežāk pie problēmām seksuālajā dzīvē nav vainojama ne maksts uzbūve, ne citi fizioloģiskie procesi, bet gan pāra savstarpējās attiecības. “Jā, tā ir taisnība, ka jaunībā gūt uzbudinājumu ir vieglāk. Daba mūs tā iekārtojusi. Toties kvalitātes ziņā seksuālā dzīve uzlabojas brieduma gados. Būtu ideāli, ja seksā mums vienmēr sakristu

jaunības organisms ar brieduma gadu pieredzi un prātu,” piebilst ginekoloģe.

Sensācija! G punkta injekcijas – drīz arī pie mums

Kamēr gudrie prāti lauž šķēpus par to, vai sievietes organismā patiešām eksistē tā sauktais G punkts un, ja tā ir, kur tieši tas atrodas, citās valstīs jau veic G punkta injekcijas, dodot iespēju sievietēm pastiprināt seksuālās dzīves izjūtas. Izrādās, par G punktu Indijā rakstīti jau 11. gadsimtā. 1950. gadā publicēja tā saukto Grafenberga pētījumu par šī maksts rajona nozīmi un tā atrašanās vietu. Kādu laiku šis punkts tika dēvēts par Grafenberga punktu, bet vēlāk, lai nosaukumu vienkāršotu, mediji tam deva G punkta vārdu. Līdz pat mūsdienām G punkta pastāvēšanu pētnieki centušies pierādīt visos iespējamajos veidos – gan bioķīmiski, gan fizioloģiski, studējot anatomiju, preparējot, bet joprojām nav ne neiroloģisku, ne fizioloģisku pierādījumu, ka anatomiski tiešām šāds specifisks punkts pastāvētu. Toties zināms, ka makstī ir vieta, kur atrodas

Pret! Līdzēs, ja seksuālas problēmas ir galvā



Seksologs Dainis Balodis:

“Jautājumu, vai G punkta injekcijas var būt efektīvas, es salīdzināšu ar atbildi uz citu jautājumu – vai masāža var palīdzēt notievēt? Jā, masierim var, bet ne tam, kuru masē. G punkts vēl līdz galam nav izpētīts, bet mūsu sabiedrība ir pārlietu centrēta uz orgasmu – paši nezina, ko no tā gribam sagaidīt. Ne emocionāli, ne bioloģiski es neredzu jēgu G punkta injekcijām. Vienīgi tad, ja cilvēkam ir psiholoģiska rakstura problēma, kas traucē gūt baudu seksa laikā, šis varētu būt veids, kā “emocionālo robu” galvā aizpildīt. Sievietes taču ir tik dažādas, un dažādi ir arī veidi, kā viņas gūst seksuālo baudu. Viena jūtīgāk reaģē, ja tiek kairināts klitoris, citai turpretim visa maksts virsma ir jutīgāka. Orgasms nav nekas vairāk kā laba sajūta, un diapazons, kā šo sajūtu gūt, ir bezgalīgi plašs.”

Šokējošs stāsts no vispasaules kongresa

Aprīļa beigās Stambulā (Turcija) notika Pirmais starptautiskais kosmetoloģijas un estētiskās ginekoloģijas kongress. Lai dalītos pieredzē un konsultētos ar savas nozares kolēģiem, turp devās arī plastikas ķirurģe Evija Rodke:

"Izrādās, uz Ēģipti joprojām ceļo pacientes gandrīz no visas Āfrikas, lai tur veiktu intīmās plastikas operācijas. Senu tradīciju ietekmē joprojām daudzviet Āfrikā jaundzimušām meitenēm veic cirkumcīziju jeb apgraizīšanu. Ir četru veidu apgraizīšanas pakāpes, un ceturta izpaužas tā, ka reliģiska fanātisma vārdā meitenei nogriež gan klitoru, gan lielās un mazās kaunuma lūpas, kā arī aizšuj cieņ maksti, atstājot nelielu spraudziņu urinācijai un menstruālo asiņu atcecei. Šīs sievietes savā intīmajā zonā izskatās gluži kā Bārbijelles – gludas un līdzenas, bet pa vīrsu izteikti kropļojoša rēta, jo, saprotams, šāda veida apgraizīšanu neveic ārsti, bet gan vietējās tantītes, šamaņi vai kaktu dakteri.

Ēģiptē tikai 2007. gadā ar likumu aizliedza sieviešu apgraizīšanu. Savukārt Sudānā joprojām 80% sieviešu ir apgraizītas, lai turpmākajā dzīvē viņām liegtu jebkādu seksuālo baudu. Taču, paldies dievam, arī šajās valstīs ir sievietes, kuras ir izglītotas un ar laiku apzinās, cik ļoti viņām nodarīts pāri, tādēļ ceļo uz citām valstīm, meklējot iespēju veikt intīmās zonas rekonstrukcijas operāciju, jo mūsdienās to var – kaut vai izveidot maksti pilnīgi no jauna."



► mazo kaunuma lūpu hipertrofiju, gan patoloģiskus procesus uz kaunuma lūpām, novēršam iegurņa pamatnes izmaiņas un noslīdējumus dažādos vecumposmos, kad maksts sienas un kaunuma lūpas vairs neatrodas savā vietā, tādēļ nevar pildīt virsuzdevumu. Visbiežāk maksts noslīdējuma iemesls ir iedzimtība, saistaudu stāvoklis, ko pasliktina estrogēnu trūkums organismā, bet ginekologs, kam ir liela darba pieredze, arī intīmās plastikas jautājumos pacientei ir visuzticamākais speciālists," skaidro ginekoloģe Nellija Lietuviene. Iegurņa pamatnes izmaiņas un noslīdējumus novērš, vairākās vietās ievietojot īpašus sietīņus, tādējādi nostiprinot un atjaunojot maksts fizioloģisko atrašanās vietu. Sietīņi darbojas kā saistaudu aizvietotāji un palīdz noturēt maksti tās fizioloģiskajā atrašanās vietā. Operējot un novēršot maksts noslīdējumu, novērota interesanta likumsakarība – bieži vien šīm pacientēm mēdz būt

arī varikozo vēnu problēma, jo abām vainām iemesls viens – saistaudu vājums.

Jaunavības plēves atjaunošana

Starptautiskajā kosmetoloģijas un estētiskās ginekoloģijas kongresā Turcijas ginekologi un plastikas ķirurģi stāstīja, ka no visiem ķirurģijas veidiem, ko viņi veic ikdienā, jaunavības plēves atjaunošana esot viens no vispieprasītākajiem. Gandrīz katru nakti pie dežūrārsta ierodas kāda kāzīnieku svīta, jo vīram un viņa radiem radušās aizdomas, ka jaunā sieva nemaz nav nevainīga kā to pieprasa tradīcijas. Ārstam šis fakts jāpārbauda, jāapstiprina vai jānoliedz. Ja izrādās, ka jaunā sieva krāpusies, tad... scenārijs bieži vien kļūst traģisks: "Sievieti, kas apprecējusies, nebūdamā jaunava, vienkārši nogalina. Jā, arī mūsdienās. Protams, par to skaļi nerunā un netiek afišēts, kas ir "pēkšņās" nāves iemesls. Visbiežāk it kā notiek

"negadījums". Turku ginekologi apstiprināja, ka joprojām Turcijā mātes savus dēlus apmāca un izskaidro, kā precīzi var pārbaudīt, vai sieviete ir jaunava," par šokējošo kongresā stāsta plastikas ķirurģe Evija Rodke. Turcijā pat bijuši gadījumi, kad ginekologs, cenšoties glābt pacientes dzīvību un nepatiesi apstiprinot viņas nevainību, pats riskē ar savu dzīvību. Ja šādas situācijas gadās, ārsti iespēju robežās tomēr cenšas atbildēt, ka sieviete patiešām ir nevainīga. "Galu galā ir taču zināms, ka sieviete var būt dzimusi ar īpatnību, ka jaunavības plēve nav tik izteikta vai arī tās vispār nekad nav bijis. Argumentus sievietes glābšanai vienmēr var atrast," piebilst plastikas ķirurģe.

Vienkārša operācija, un... atkal jaunava

Turcijā ginekologi jaunavības plēves atjaunošanu dažkārt veic pat dienu pirms gaidāmās kāzu nakts, jo šī ir

salīdzinoši vienkārša un viegla operācija, kas ilgst apmēram pusstundu. Izrādās, arī mūsu ginekologi laiku pa laikam pēc sieviešu lūguma veic jaunavības atjaunošanu, un arī otrādi: "Man ir bijusi paciente vecumā ap 40 gadiem, kas joprojām bija jaunava un šī iemesla dēļ nespēja saņemties stāties dzimumsakaros ar vīrieti, jo bija kauns.

Ir arī sievietes, kuras pāris gadu dzīvo laulībā, bet viņām nav bijis normāls vagināls sekss. Seksuālo baudu var gūt arī savādāk, diemžēl citādā veidā nav iespējams tikt pie bērniem. Tad atklājam, ka sievietei ir anatomiskas īpatnības, jaunavības plēvei ir starpsiena, kas jālabo ķirurģiskā ceļā. Protams, nerunāsim par gadījumiem, kad no jaunavības plēves sievietei brieduma gados ir jāatbrīvojas kaut vai tā iemesla dēļ, lai beidzot ārsts varētu veikt tik nepieciešamo ginekoloģisko orgānu izmeklēšanu," stāsta ginekoloģe Nellija Lietuviene. **V**