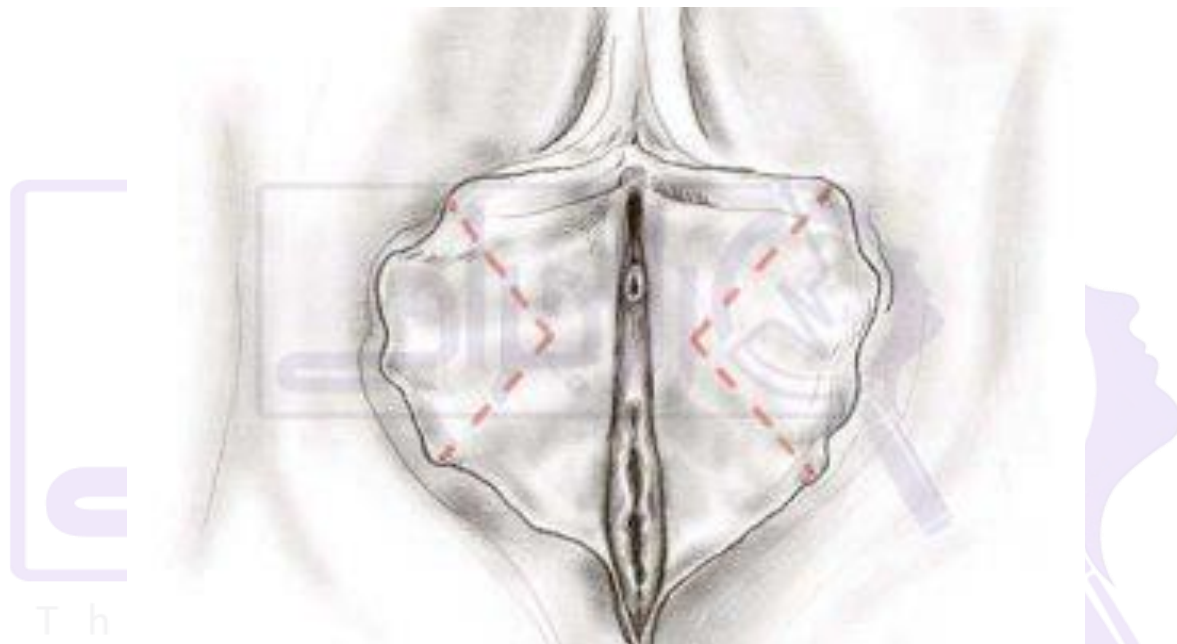


## لابیا پلاستی

13 تیر 1401

لابیا پلاستی عمدتاً به جراحی کوچک کردن اندازه لابیی مینور اطلاق می شود، البته این تکنیک برای کوچک کردن لابیی ماژور هم مورد استفاده قرار می گیرد. لابیی مینور ، می تواند به دلیل آتروفی یا بالا رفتن سن یا کاهش وزن بزرگ شود. حالا که موضوع مقاله امروز [راز جراحی](#) را متوجه شدید پس ادامه مقاله را بخوانید تا هر آنچه که نیاز هست درباره این جراحی بدانید.



بیماران اغلب بنا به اهداف زیبایی به دنبال انجام **لابیا پلاستی** هستند. برخی از بانوان نسبت به اندازه لابیی خود خصوصاً در زمان پوشیدن لباس های خاص، از قبیل لباس های ورزشی یا مایو احساس مذب بودن دارند. بزرگ بودن سایز لابیا می تواند در طول رابطه جنسی باعث احساس درد ، عفونت های مجاری ادراری و بروز مشکلاتی در بهداشت و نظافت این بخش از بدن شود.

ترکیبی از این موارد ، می تواند تنش های احساسی و فیزیکی قابل ملاحظه ای را به وجود آورد.

هر روز تعداد زنانی که با این روند آشنا می شوند بیشتر شده و به تبع آن سوالات بیشتری در این زمینه مطرح می شود. سوالاتی از قبیل این که " آیا من داوطلب خوبی برای لابیا پلاستی هستم؟ "، " زمان ریکاوری این درمان چقدر است؟ " و سوالات دیگری از این دست.

در **راز جراحی** ، پاسخ بسیاری از این سوالات با هدف کمک به شما جهت احساس راحتی بیشتر در زمان تصمیم گیری برای قرار گرفتن تحت این درمان ، در یک جا جمع آوری شده است. این مقاله کامل و جامع، همچون راهنمایی شما را در این مسیر همراهی خواهد کرد.

## دلایل انجام لابیپلاستی

- کاهش سایز و کوچک کردن اندازه لابیاهای ماژور
- قرینه ساختن لابیاهای ماژور
- کاهش سطح درد در طول مقاربت جنسی
- افزایش حس تحریک پذیری کلیتوریس
- کم کردن درد ناشی از انجام برخی فعالیت ها همچون دوچرخه سواری

## کاندیدای مناسب برای لابیپلاستی

بانوان زیادی هستند که به سبب عوامل ژنتیکی و مادرزادی، از بدو تولد لابیاهای ماژور آنان بافت نامتقارنی داشته یا سایزشان بسیار بزرگ است. تعدادی از زنان نیز وقتی به سن یائسگی می رسند به دلیل کاهش سطح کلاژن و الاستین، بافت لابیاهای واژن حالت افتاده و شلی را به خود می گیرند. این مشکلات باعث می شوند که خانم ها در حین انجام امور روزانه مانند راه رفتن یا حتی ورزش کردن اذیت شوند و درد را در آن نواحی تجربه کنند. به علاوه امکان دارد رابطه جنسی آنان کیفیت لازم را نیز نداشته باشند. تمام این موارد یک فرد را به کاندیدای مناسب برای لابیپلاستی مبدل می کند. گفته می شود اکثر متقاضیان پروسه لابیپلاستی، بانوانی هستند که:

- به اصطلاح پا به سن گذاشته اند و نشانه های پیری در آن ها نمود یافته اند.
- به دوره یائسگی رسیده اند.
- یک یا چندین دوره بارداری و زایمان طبیعی را پشت سر گذاشته اند.
- کاهش وزن ناگهانی و شدید داشته اند.

## چه کسانی نباید عمل لابیپلاستی انجام دهند؟

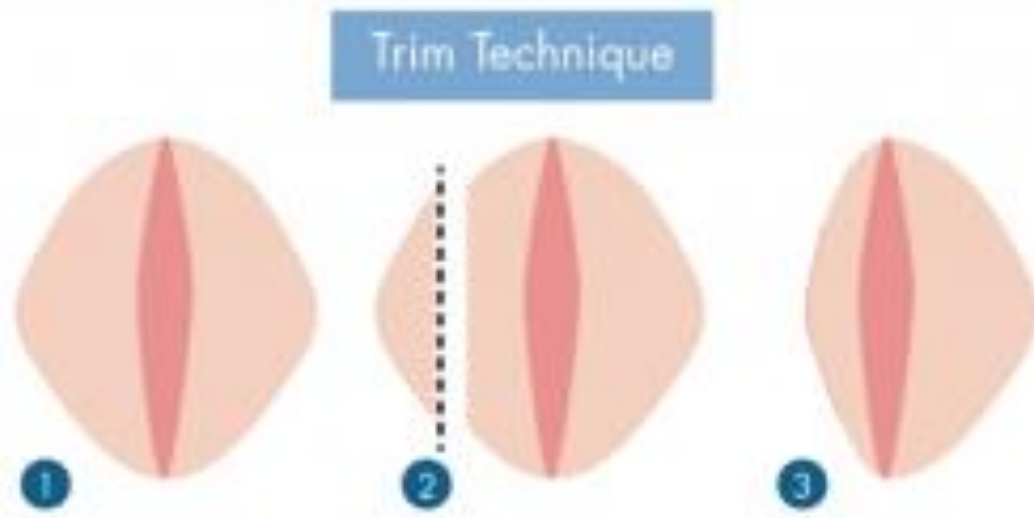
از آنجا که لابیپلاستی یک پروسه زیبایی و کاملاً سلیقه ای بوده و به انتخاب فرد انجام می پذیرد، به جز یک سری شرایط خاص، تمامی بانوان می توانند تحت این پروسه قرار بگیرند. در ادامه به بررسی مواردی می پردازیم که پیشنهاد می شود در این مواقع لابیپلاستی صورت نپذیرد یا به یک زمان دیگر موکول شود.

- **زنان باردار:** زمانی که حامله هستید، بهتر است از انجام لابیپلاستی صرف نظر نمایید و بعد از زایمان برای آن اقدام کنید. به این خاطر که برای انجام این عمل باید داروی بی حسی یا بیهوشی دریافت کنید که این امر می تواند سلامت جنین را تحت تاثیر قرار دهد. همچنین در دوره بارداری به دلیل تغییرات هورمونی فرم لابیها از حالت عادی متورم تر و بزرگ تر هستند. این حالت موقتی بوده و بعد از وضع حمل رفع می گردد. پس برای انجام لابیپلاستی بهتر است لابیها در فرم طبیعی خود باشند.

- **زنانی که به زگیل تناسلی دچار هستند :** به بانوانی که به **زگیل تناسلی** مبتلا هستند تاکید موکد می شود که از انجام جراحی زیبایی واژن امتناع کنند. این پروسه ها یا حتی لیزر موهای زائد واژن موجب ازدیاد زگیل ها در ناحیه تناسلی می شوند.
- **دختران کمتر از 20 سال :** همانطور که گفته شد ، لایبها دوره رشد دارند و تا پایان دوره بلوغ جنسی که 20 سالگی است این روند را ادامه می دهند. بدین ترتیب دخترانی که زیر 20 سال بوده و هنوز به بلوغ جنسی کاملی دست پیدا نکرده اند ، نباید لایبپلاستی انجام دهند.
- **زنان بالای 55 سال :** بعد از 55 سالگی توانایی بدن در ترمیم جراحات ها کم می شود. چنانچه این افراد بخواهند لایبپلاستی انجام دهند ، تا حد زیادی در معرض بروز عفونت قرار می گیرند. به همین خاطر توصیه می شود که خانم ها پس از عبور از 55 سالگی از انجام لایبپلاستی اجتناب کنند.
- **بانوانی که به عفونت و زخم های درون واژنی دچار هستند :** تمام خانم هایی که به بیماری های عفونی و زخم های فعال درون واژنی مبتلا هستند ، در قدم اول باید در صدد درمان این موارد برآیند. در غیر این صورت انجام جراحی زیبایی واژن توصیه نمی شود.

## انواع روش های لایبپلاستی

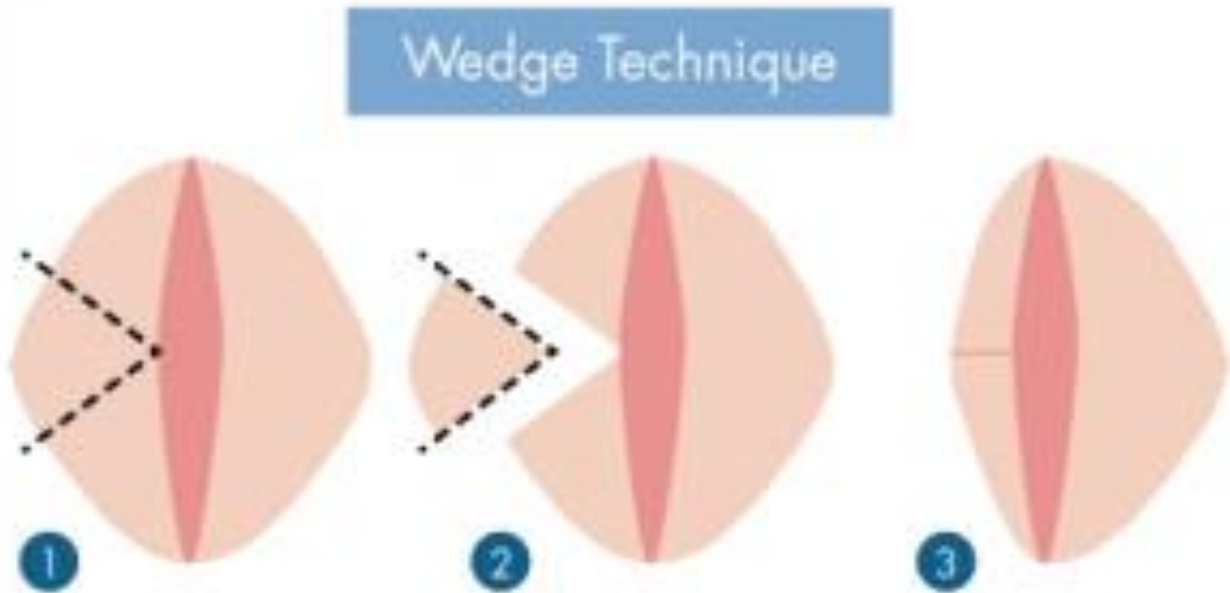
روش اول: تکنیک پیراستن در لایبپلاستی ( Trim )



تکنیک تریم یا پیراستن، ساده ترین تکنیک در این عمل زیبایی واژن می باشد. در این روند جراح کار خود را با ایجاد یک برش عمودی کوچک در طول لایبای مینور آغاز می کند. وی این کار را با استفاده از یک اسکالپل یا لیزر انجام می دهد.

وقتی برش ایجاد شد، جراح بافت اضافی واژن در آن ناحیه را بر می دارد. در انتهای روند، برش ها با استفاده از بخیه بسته می شوند.

## روش دوم: تکنیک قاچ در لایبیا پلاستی ( Wedge )



تکنیک قاچ شامل برداشتن بافت از مرکز بخش داخلی لایبیا می باشد.

در این تکنیک، جراح بخشی از بافت را از ضخیم ترین قسمت بخش داخلی لایبیا برش داده و برمی دارد.

پس از انجام این کار، لبه های بخش جدا شده، بوسیله بخیه به یکدیگر متصل می شوند. بزرگ ترین مزیت این روند این است که جای زخم در آن در حداقل سطح ممکن قرار دارد.

## روش سوم: تکنیک داپیتلیالیزاسیون ( de-epithelialization )



این تکنیک دستاوردی است که نخستین بار در سال 2000 وارد جریان شد. امروزه، این تکنیک در مقایسه با دو روش قبلی، از عمومیت بیشتری برخوردار است.

جراحی لابیپلاستی با استفاده از این تکنیک شامل استخراج بخشی از پوشش بافت لابیای داخلی و بستن ناحیه، با استفاده از بخیه می باشد.

این روش شبیه به تکنیک پیراستن می باشد. تفاوت اصلی این دو روش در این است که در تکنیک داپیتلیالیزاسیون، به جای لبه های بیرونی، بافت داخلی لابیای برداشته می شود، در این تکنیک لابیای جمع شده و کوچک می شود. برای کسب اطلاعات بیشتر می‌توانید به مقاله [انواع روش های لابیپلاستی](#) مراجعه کنید.

## روش چهارم : تکنیک Z-Plasty

در مواقعی که بافت اضافی لابیای بسیار زیاد بوده و لازم است بخش زیادی از آن برداشته شود، تکنیک Z-Plasty مورد استفاده قرار می گیرد. امکان دارد قسمتی از کلیتوریس و پرینه، طی این متد برش دهی از بافت جدا می شوند. شکل برش در متد Z-Plasty به شکل حرف انگلیسی Z یا W است.

## نحوه انجام لابیپلاستی

عمل زیبایی واژن یک روند درمان سرپایی است و این بدان معناست که شما در همان روز درمان پس از تکمیل روند می توانید به منزل بازگردید. [بهترین جراح لابیپلاستی](#) بنا به صلاحدید خود یکی از روش ها از قبیل لابیپلاستی پیرایشی، یا لابیپلاستی قاچ را برای کوچک کردن لابیای مینور بیمار انتخاب می کند. همانطور که قبلاً شرح داده شد، در تکنیک پیرایش، برای کوچک کردن اندازه لابیای، پوست اضافی واقع در لبه بیرونی لابیای برداشته شده و سپس بخیه زده می شود.

در لابیپلاستی قاچ، پزشک برای کاهش اندازه لابیای یک بخش قاچ یا V شکل از لابیای شما را برداشته و سپس لبه ها را به یکدیگر بخیه می زند.

هر دو تکنیک در یک مدت زمان حدوداً یک ساعته تکمیل می شود. گاهی جراح بیهوشی عمومی را برای اطمینان از احساس راحتی شما در طول درمان، بر می گزیند. بعد از تکمیل روند، تا زمان رفع اثر بیهوشی در مطب پزشک یا مرکز درمانی می مانید و پس از آن به کمک یکی از دوستان یا نزدیکان می توانید محل را ترک کنید.

## راهکارهای انجام لابیپلاستی

قبل از مشاهده [فیلم عمل لابیپلاستی](#) لازم است با هریک از روش ها و تکنیک های این جراحی آشنایی پیدا کنید. به همین دلیل در ادامه 3 تکنیک کاربردی که جراحان برای زیبایی واژن از آن استفاده می کنند به صورت مختصر توضیح داده شده است تا با مطالعه آن بتوانید بهترین روش را برای انجام عمل زیبایی واژن انتخاب نمایید.

**TRIM Technique :** در این تکنیک قبل از ایجاد برش توسط جراح ، از بی حسی موضعی استفاده می شود تا بیمار در این پروسه دردی را احساس نکند. برش ها به کمک کلامپ شدن لب های داخلی ایجاد شده و در نهایت بعد از اتمام جراحی ، لب ها بخیه زده شده و پانسمان انجام می شود.

**حذف قسمت مرکزی لایبیا :** در این روش جراح بخش های مورد نظر را بدون وارد کردن آسیب به نواحی دیگر ، حذف می کند تا قسمت های دیگر سالم باقی بماند. این روش با نام deepitelizatio نیز شناخته می شود.

**Wedge :** در این تکنیک ابتدا قسمت های مازاد لایبیا توسط جراح حذف می شود و سپس با اعمال برش هایی به شکل V به پایان می رسد. لازم به ذکر است که نتایج حاصل از این روش بسیار بهتر و موفقیت آمیز تر از سایر روش ها بوده اما در مدت زمان بیشتری انجام می شود.

## کاندیدای مناسب برای لایبیاپلاستی

بهترین داوطلب برای جراحی زیبایی واژن زنانه هستند که علائم روانشناختی و فیزیکی مخرب، خجالت آور و دردناک مرتبط با شکل و اندازه لایبیا را تجربه می کنند. در برخی زنان، شکل ظاهری واژن، باعث می شود که آنها در روابط جنسی شان دچار اضطراب شوند. در برخی زنان لایبیا بزرگ باعث بروز درد فیزیکی در طول رابطه جنسی یا پوشیدن لباس های تنگ می شود. بعلاوه، علائم و نشانه های دیگری نیز وجود دارند که شما را به عنوان یک داوطلب خوب برای لایبیاپلاستی معرفی می کنند:

- لایبیا آویزان
- لب های بیرون زده واژن
- درد در حین رابطه جنسی
- حساسیت مزمن پوست
- ناتوانی در پوشیدن مایو، و دیگر لباس های تنگ
- عدم رضایت مندی از شکل ظاهری اندام

در طول جلسه مشاوره، پزشک دغدغه های شما را بررسی کرده و درباره گزینه های موجود با شما گفتگو می کند. اگر در خصوص شلی واژن نیز با مشکلاتی روبرو هستید، پزشک می تواند گزینه های جوانسازی واژن را به شما پیشنهاد کرده و این مشکلات را درمان کند.

اگر در اندیشه انجام جراحی لایبیاپلاستی هستید، باید آیتم های دیگری از قبیل بارداری نبودن، یا عدم قصد بارداری شدن در آینده را نیز در نظر بگیرید. چون بارداری و زایمان بر روی نتایج جراحی شما تاثیر خواهد گذاشت. البته بارداری بعد از لایبیاپلاستی کاملاً بی خطر بوده و شما می توانید با انجام مجدد روند، بعد از زایمان، نتایج اولیه را م

## لایبیاپلاستی در دختران باکره

یکی از پرسش های بسیار متداول در حیطه لایبیاپلاستی این است که آیا این جراحی برای دختران باکره نیز انجام می پذیرد؟ در این راستا باید گفت که تمام تغییراتی که در طول این جراحی صورت می پذیرند ، تنها بر نواحی خارجی ناحیه شرمگاهی اعمال می

شوند. بدین ترتیب پرده بکارت که در بخش داخلی واژن قرار گرفته است، دستخوش تغییرات نمی شود. پی می توانیم نتیجه گیری کنیم که دختران باکره نیز برای انجام لابیپلاستی می توانند اقدام کنند. به طور کلی بعد از تکمیل دوره بلوغ، چنانچه از فرم لابیاهای خود رضایت نداشته و باعث آزار شما می شوند، می توانید لابیپلاستی انجام دهید.

## لابیپلاستی چقدر طول می کشد؟

روندهای مجزای این پروسه جراحی معمولاً بین 1 تا 2 ساعت طول می کشد. روندهای ترکیبی بر حسب جراحی های مورد نیاز برای بیمار، به زمان طولانی تری نیاز دارد.

## هزینه عمل لابیپلاستی

**هزینه لابیپلاستی** یکی از فاکتورهایی است که باید در جلسه مشاوره مورد بحث قرار گیرد. بنابراین درک فاکتورهای مختلف دخیل در هزینه کلی روند جراحی پلاستیک، توسط متقاضیان این روند، ضروری می باشد. افراد برای اطلاع دقیق از هزینه این جراحی باید حضوراً مورد معاینه قرار گیرند.

## آیا گزینه بدون جراحی برای لابیپلاستی وجود دارد؟

وقتی سخن از جراحی در یک ناحیه حساس بدن به میان می آید، فکر گزینه های بدون جراحی نیز به ذهن خطور می کند. علیرغم وجود روش های جایگزین بدون جراحی برای جوانسازی واژن، بیمار باید به این موضوع بیاندیشد که در تکنیک های جراحی زیبایی واژن، نتیجه ای ماندگار و چشمگیر قابل حصول می باشد.

خوشبختانه دامنه درد در عمل زیبایی واژن به اندازه ای است که برای اکثر زنان قابل تحمل باشد. امروزه جراحان با استفاده از تکنیک های نوآورانه لابیپلاستی می توانند این جراحی را تحت بی حسی موضعی نیز انجام دهند. یکی از این تکنیک ها، بزرگ نمایی نوری است که دقیق ترین و فوق العاده ترین نتایج ممکن را به دست می دهد.



**قبل و بعد از عمل لابیپلاستی**

## آیا لابیاپلاستی میل جنسی را کم می کند؟

یکی از ترس های بانوان که آنان را از انجام لابیاپلاستی منصرف می سازد ، این است که برخی ها تصور می کنند این جراحی باعث کاهش میل و تحریک پذیری جنسی می شود. حال می خواهیم بدانیم که این جراحی زیبایی واژن می تواند در زیاد یا کم کردن میل جنسی نقش داشته باشد؟ سطح تحریک پذیری و لذت بردن افراد از مقاربت جنسی متفاوت است و فاکتورهایی نظیر تحریک پذیری کلیتوریس ، سن و سال و ماهیچه و عضلات واژن می توانند در این امر دخیل باشند. در حقیقت لابیاپلاستی در وهله اول هدف زیباسازی واژن را داشته که طی آن بافت هایی که کلیتوریس را پوشش می دهند برداشته می شوند. بدین صورت لابیاپلاستی می تواند افزایش میل جنسی را در پی داشته باشد. مگر آن که در طول فرایند برش دهی به اعصاب آن ناحیه آسیب وارد شود.

## قبل و بعد از عمل لابیاپلاستی

همه زنان دارای تفاوت هایی با یکدیگر می باشند و اندام تناسلی آنها نیز از این امر مستثنی نیست. شکل ظاهری لابیای دارای تنوع وسیعی بوده و هیچ شکل نرمال مبنایی برای آن وجود ندارد. در برخی زنان لابیای مینور برجسته شده و از لابیای ماژور بیرون می زند. درحالیکه برخی زنان دیگر شاهد آن هستند که لابیای مینور آنها بعد از بارداری بزرگ می شود.

در حالت ایده آل لابیای ماژور باید به طور کامل لابیای مینور را پوشش دهد. با گذر زمان، لابیای مینور بزرگ می شود، بطوریکه از لابیای ماژور بیرون می زند و بافت مخاطی ظریف لابیای مینور، در معرض اصطکاک قرار گرفته و باعث درد، ناراحتی و دغدغه های بهداشتی می شود.

بطور کلی این تغییرات اغلب با هدف زیبایی انجام می شود. از آنجاییکه لابیای مینور شما دارای بافت مخاطی ظریفی می باشد، به راحتی در اثر اصطکاک و سایش به لباس های تنگ یا ورزش، دچار حساسیت می شود.

اغلب زنان برای سال ها دچار چنین مشکلاتی می شوند و از درد، ناراحتی یا نارضایتی از شکل ظاهری این اندام خود رنج می برند.

برجستگی لابیای مینور حتی در لباس هایی مثل مایو نیز قابل مشاهده می باشد و همین امر باعث مودب شدن زنان می شود. خبر خوب اینکه لابیاپلاستی می تواند ظاهری یکدست را در این اندام تان خلق کرده و احساس اعتماد به نفس را در هنگام پوشیدن لباس های به شما هدیه می کند.

هرچند این مشکلی است که بسیاری از زنان از صحبت کردن درباره آن اجتناب می کنند، ولی به طرز باور نکردنی در میان زنان عمومیت دارد. بسیاری از زنان از صحبت کردن درباره لابیای نامتقارن یا بزرگ و روابط جنسی دردناک، احساس خجالت می کنند.





## آنچه بعد از لابیپلاستی انتظار دارید:

لابیپلاستی یک روند جراحی است که در آن شکل لابییا یا لب های واژن تنظیم می شود. این جراحی بر یک مبنای سرپایی انجام می شود و دوره ریکاوری آن کوتاه است. بیماران جوانسازی واژن در روزهای بعد از جراحی، باید نکاتی را رعایت کنند. استقبال از [عمل زیبایی واژن](#) در سراسر جهان روند رو به رشدی را در پیش گرفته است و زنان به دلایل مختلف زیبایی یا درمانی، این روند را انتخاب می کنند.

اگر اخیراً تحت درمان لابیپلاستی قرار گرفته اید، یا قصد انجام آن را دارید، باید بعد از جراحی دستورالعمل هایی را مد نظر قرار دهید.

- **اجتناب از نشستن**

بلافاصله بعد از درمان از نشستن خودداری کنید، چون این کار باعث بروز درد می شود. حتماً بعد از درمان، خوب استراحت کنید.

- **رعایت نظافت و بهداشت الزامی است**

ناحیه جراحی باید تمیز و خشک نگه داشته شود. باید ناحیه تناسلی تان را بعد از استفاده از سرویس بهداشتی خوب بشویید. اجتناب از استعمال کرم، صابون و مواد خوشبو کننده به مدت چند روز الزامی می باشد.

- **مراقبت های مربوط به پیشگیری از ابتلا به عفونت و باکتری بعد از لابیپلاستی**

پزشک پماد آنتی بیوتیک را برای پیشگیری از ایجاد جای زخم در ناحیه درمان تجویز می کند. پماد باید به مدت دو هفته مورد استفاده قرار گیرد. در برخی موارد، پزشک پماد را برای یک هفته تجویز می کند.

- **لباس های تنگ نپوشید**

برای سپری شدن بهتر روند بهبود، از پوشیدن لباس های تنگ خودداری کرده و گن های گشاد را انتخاب کنید. همچنین بهتر است در طول این دوره، لباس زیر های نخی بر تن کنید.

- **بی حسی طبیعی است**

در موقعیت های نرمال، پوست ناحیه بعد از درمان بی حس می شود. این حالت چند ماه طول می کشد.

- **مدیریت درد**

پزشک، برخی داروهای ضد التهاب را تجویز می کند. دوره مصرف این دارو، 3 تا 5 روز بوده و درد و تورم را در ناحیه درمان کاهش می دهد.

## • دشوار بودن ادرار کردن

دردناک بودن ادرار کردن در طول چند روز اول بعد از لابیپلاستی، طبیعی می باشد. بمنظور کاهش احساس درد در هنگام ادرار کردن، بر روی اندام تناسلی خود آب گرم بریزید.

## • از داشتن رابطه جنسی بپرهیزید

حداقل به مدت 6 هفته بعد از جراحی از داشتن روابط جنسی بپرهیزید، چون این کار باعث آسیب دیدن ناحیه درمان می شود. بهتر است برای از سر گیری فعالیت جنسی نرمال، با پزشک خود گفتگو کنید.

## • گاهی دچار یبوست می شوید

یبوست بعد از لابیپلاستی، طبیعی است. در این شرایط پزشک داروی روان ساز را برای شما تجویز می کند.

## • حرکت کردن

ورزش سبک از دو هفته بعد از جراحی باید آغاز شود. ورزش نرمال بعد از جلسه فالوآپ که در حدود 4 تا 6 هفته بعد از جراحی برگزار می شود، از سر گرفته خواهد شد.

## لابیپلاستی با لیزر

با وجود پیشرفت های علم پزشکی امروزه لابیپلاستی با لیزر از پرفرمدارترین روش ها برای رسیدن به لابیاهای زیبا به شمار می آید. انجام لابیپلاستی با لیزر کم تهاجمی بوده و معمولاً بدون بیهوشی و تنها با حسی موضعی در مطب و کلینیک ها قابل انجام می باشد. به همین علت این روش جراحی خواهان و طرفداران زیادی دارد.

تبحر جراح و تکنیک های به کار گرفته شده می تواند در نتیجه جراحی با لیزر بسیار تاثیر گذار باشد. بنابراین در انتخاب جراح دقت کافی داشته باشید تا عمل شما با موفقیت سپری شود و از بروز عوارض بعد از جراحی جلوگیری نمایید.

در صورتی که عمل لابیپلاستی توسط [بهترین دکتر لابیپلاستی](#) انجام شود، هیچ گونه عارضه ای ندارد. بنابراین نیازی به نگرانی در مورد آسیب به ناحیه کلیتوریس و کم شدن میل جنسی وجود ندارد؛ زیرا هیچ تاثیری بر روی این ناحیه نخواهد گذاشت و حتی در مواردی ممکن است به دلیل کوچک شدن لابیاهای و کلاهی کلیتوریس میل جنسی در افراد بیشتر هم شود.

## قبل از انجام لابیپلاستی با لیزر چه مراقبت هایی لازم است؟

بعد از بررسی سوابق و میزان موفقیت عمل های جراح مورد نظر لازم است به مطب او مراجعه کنید تا مورد آزمایش و معاینه قرار بگیرید. زیرا در صورت وجود هرگونه عفونت ، تبخال ، زگیل تناسلی و یا خونریزی های غیر طبیعی لازم است ابتدا اقدام به درمان و برطرف کردن بیماری نمایید و سپس بعد از بهبودی عمل لابیپلاستی را انجام دهید. زیرا سلامتی شما بیش تر از هر امر دیگری در

اولویت می باشد. انجام آزمایش پاپ اسمیر برای خانم های متاهل قبل از انجام عمل لابیپلاستی لازم و ضروری می باشد. هم چنین برای جلوگیری از مشکلات در حین عمل لازم است آزمایش های دیگری از مراجعه کنندگان گرفته شود.

## لابیپلاستی با لیزر چگونه است؟

برای انجام جراحی لابیپلاستی به کمک فناوری لیزر، جهت برش دادن از لیزرهایی همچون لیزر مونالیزاتاج بهره گرفته می شود. از آن جایی که واژن و ناحیه تناسلی زنان بسیار حساس بوده و رگ و عروق زیادی در آن محل وجود دارند، به کمک برش لیزری، تهاجم کمتری به بافت ها وارد می شود. از طرفی در قیاس با تیغ جراحی، دقت لیزر بسیار بالا بوده و درصد خطا در برش دادن بافت لابیها تا حد چشمگیری کاهش می یابد. همچنین اشعه های لیزر باعث انعقاد رگ های خونی شده و از خونریزی شدید در حین عمل جلوگیری می کند. همچنین دیگر مزیت لابیپلاستی با لیزر این است که احتمال بازگشت لابیها به فرم اولیه خود بسیار کمتر است. پیش از آغاز فرایند لیزر معمولاً بی حسی موضعی برای فرد اعمال می شود تا در طول پروسه آرامش بیشتری داشته باشد. بر حسب میزان تغییرات و اصلاحات مورد نیاز لابیپلاستی با لیزر در یک بازه زمانی 30 تا 60 دقیقه انجام می شود. معمولاً در این روش نیازی به بخیه زدن لابیها از آن جایی که لیزر در مقایسه با جراحی، روند کم تهاجمی تری می باشد انتظار می رود که دوره نقاهت بعد از آن نیز آسان تر باشد.

## مزایای لابیپلاستی با لیزر

در انجام عمل لابیپلاستی به دلیل استفاده از لیزر در ایجاد برش و انعقاد به صورت همزمان بیمار خونریزی نداشته و میزان درد و تورم ناشی از انجام عمل بسیار کمتر از روش جراحی می باشد. بنابراین می توان گفت دوره نقاهت در انجام عمل لابیپلاستی با لیزر بسیار کوتاه تر و آسان تر از روش جراحی می باشد و مراقبت های بعد از عمل آن نیز کمتر می باشد. معمولاً لابیپلاستی با لیزر بدون بخیه یا با بخیه های جذبی انجام می شود در نتیجه جای اسکار و برش های جراحی باقی نمی ماند. لابیپلاستی با لیزر عمل سرپایی محسوب می شود و نیازی به بستری شدن و بیهوشی عمومی ندارد. هم چنین زمان انجام این عمل نسبت به روش جراحی کمتر بوده و معمولاً در مدت زمان 30 تا 60 دقیقه انجام می شود. هزینه های مربوط به این روش بسیار کمتر از روش جراحی می باشد. احتمال عفونت و بیماری بعد از انجام این عمل بل لیزر وجود نخواهد داشت. در نهایت لابیپلاستی با لیزر می تواند بدون ایجاد درد، در مدت زمان کوتاهی اعتماد به نفس از دست رفته شما را بازگرداند.

## راهنمای دوره ریکاوری لابیپلاستی

مثل هر پروسه دیگری، لابیپلاستی شامل دوره ریکاوری می باشد. در این دوره با توجه به مدت زمانی که از عمل می گذرد باید مواردی را در خصوص نحوه و میزان استراحت، سطح فعالیت های مجاز، مراقبت از محل برش ها و دیگر مسائل این چنینی را به درستی رعایت کنید تا با عارضه ای روبرو نشده و دوره نقاهت هر چه سریع تر به پایان رسد. در ادامه راهنمایی را در اختیارتان قرار داده ایم تا با ابیدها و نبایدهای هر بازه زمانی از دوران ریکاوری جراحی زیبایی واژن آشنا شوید:

**روز اول:** معمولاً لابیپلاستی یک پروسه سرپایی است که بعد از آن پزشک اجازه مرخصی می دهد. برای اینکه در روزهای ابتدایی بتوانید شدت درد را مدیریت کنید، دکتر تعداد زیادی مسکن تجویز نموده که قبل از رفتن به خانه بهتر است آن ها را تهیه کنید. از آن جایی که بعد از عمل امکان دارد همچنان تحت داروی بیهوشی باشید، از فرد دیگری برای بازگشت به خانه کمک بگیرید.

**روز دوم و سوم :** در دومین و سومین روز از دوره ریکواری ، خونریزی کانالاً قطع می شود. در این مدت می توانید برای کاهش درد هر 20 دقیقه یکبار بر ناحیه مورد نظر کمپرس یخ قرار دهید. یک یخ به کم شدن ورم و التهابات پوستی آن ناحیه نیز کمک می کند.

**روز چهارم و پنجم :** در شرایط عادی در این مقطع زمانی می توانید پیاده روی را آغاز کنید ؛ اما آهسته. ترجیحا در همان محیط خانه قدم بزنید تا اگر احساس خستگی یا درد داشتید ، بلافاصله بتوانید در محلی بنشینید و استراحت کنید. انتظار می رود در روز پنجم واژن تا حد قابل قبولی شکل نرمال خود را بدست آورده باشد. همچنان در این مدت باید به مصرف دارو و سرما درمانی بپردازید تا از عفونت جلوگیری شده و ورم هر چه سریع تر رفع گردد.

**روز ششم و هفتم :** در پایان هفته اول احتمال بسیار زیاد یک جلسه ویزیت برای شما معین می شود. که حتما باید در روز مقرر به مطب پزشک مراجعه کنید. علاوه بر معاینه چنانچه از بخیه غیرقابل جذب استفاده شده باشد ، در این ویزیت توسط دکتر کشیده می شوند. از این هفته به بعد ، روند بهبودی سرعت می گیرد.

**هفته دوم :** همچنان لازم است مصرف داروها را مطابق با گفته پزشک ادامه دهید و به پیاده روی بپردازید. از آن جایی که در هفته دوم ورم بسیار کاهش یافته ، می توانید استفاده از کمپرس سرد را کنار بگذارید.

**هفته سوم :** با گذشت حدود 20 روز ، حرکت کردن برایتان راحت تر می شود و در ناحیه واژینال درد و سوزش کمتری احساس خواهید کرد. در سومین هفته از ریکواری لایبلاستی می توانید کم کم تمرینات ورزشی سبک را آغاز کنید.

**هفته چهارم :** با گذشت یک ماه ، بدون مشکل خاصی قادر خواهید بود ، فعالیت های هر روز خود را به انجام برسانید. همچنین روتین ورزشی تان نیز قابل اجرا می باشد. اما دقت داشته باشید که تایید پزشک برای انجام این فعالیت ها لازم است.

**پس از ماه اول ،** به مرور سطح فعالیت های خود را افزایش دهید تا پس از 4 ماه که حداقل زمان برتری رسیدن به بهبودی کامل است ، مشکلی برایتان بوجود نیاید.

با رعایت توصیه های زیر می توانید دوره ریکواری آسانی را پشت سر بگذارید:

1. به قدر کافی استراحت کنید.
2. تمام داروها را سر وقت بخورید.
3. به هیچ عنوان جلسات ویزیت را پشت گوش نیندازید
4. حداقل تا 6 هفته بعد از لایبلاستی از کشیدن سیگار و مصرف الکل اجتناب کنید
5. سطح فعالیت هایتان را با دستورالعمل پزشک تنظیم نمایید.
6. محل برش ها را با استفاده از پماد مخصوص چرب نگه دارید.
7. برای مدتی به شنا ، استخر و سونا نروید.
8. از لباس های آزاد و گشاد استفاده کنید.
9. در صورت وجود پانسمان ، در زمان معین آن را تعویض نمایید.
10. پیاده روی را فراموش نکنید.

# لابیاپلاستی بعد از زایمان



## لابیاپلاستی بعد از زایمان

بعد از زایمان بخصوص زایمان طبیعی ، لایا اغلب تحت تاثیر تغییرات فیزیکی قرار می گیرد و در برخی موارد پاره می شود. این تغییرات می تواند باعث بروز مشکلات فیزیکی و احساسی شده و اضطراب و حتی دچار مشکل شدن در روابط جنسی را به همراه داشته باشد. افتادگی، کشش و عدم تقارن نیز می تواند مشکلاتی، از چالش های بهداشتی گرفته تا درد در طول فعالیت های روزمره مثل نشستن یا راه رفتن را به همراه داشته باشد.

لابیاپلاستی بعد از زایمان می تواند مشکلاتی از قبیل نارضایتی از شکل ظاهر لایا، احساس درد در هنگام پوشیدن لباس های تنگ، عدم احساس راحتی در زمان ورزش کردن، و از دست رفتن اعتماد به نفس در زمان انجام ارتباطات جنسی را درمان نماید.

## انجام لایا پلاستی همزمان با زایمان امکان پذیر است ؟

در طول فرایند زایمان ، در ناحیه واژینال ، خونریزی شدیدی مشاهده می شود. به همین خاطر بهتر است به طور همزمان جراحی دیگری در آن قسمت انجام نشود. از آنجایی که عموماً هدف لایا پلاستی در جهت زیبایی است ، می توان آن را به بعد از زایمان موکول کرد. دو ماه بعد از وضع حمل ، زمان مناسبی برای به انجام رساندن لایا پلاستی در نظر گرفته می شود.

## آیا انجام لایا پلاستی دردناک است ؟

یکی از مواردی که زنان همواره برای انجام دادن یا ندادن جراحی زیبایی واژن با آن کلنجار می روند ، میزان دردی است که ممکن است متحمل شوند. البته نگرانی آن ها بی مورد نیست ؛ زیرا در لابیایها عصب های حسی زیادی وجود داشته و همین مسئله حساسیت آن ناحیه را نیز افزایش می دهد. با مراجعه به متخصصین زنان که از تجربه کافی برخوردار بوده و از متدهای جدید برای انجام این عمل جراحی استفاده می کنند ، مطمئناً پروسه برای شما با درد بسیار کمتری به انجام می رسد.

## جلسات ویزیت پس از لابیاپلاستی

همیشه بعد از هر عمل جراحی ، با توجه به میزان تهاجم پروسه ، جلسات ویزیت برای بیمار تعیین می شود. در مورد لابیاپلاستی می توانیم بگوییم که پس از این فرایند ، 2 جلسه فالوآپ لازم است. اولین ویزیت یک هفته بعد از جراحی می باشد. در این یک هفته بخش زیادی از ورم لابیایها خوابیده و پزشک نتیجه بدست آمده از جراحی را بررسی می کند. یک ماه بعد از جراحی زیبایی واژن جلسه ویزیت دوم می باشد. هدف از این ملاقات بررسی روند بهبودی لابیایها به منظور از سر گیری روابط جنسی می باشد.

## انجام لابیاپلاستی با چه روشی بهتر است؟

این که کدام یک بهترین روش لابیاپلاستی محسوب می شود به فاکتورهای متعددی بستگی دارد. گاهی اوقات بافت های لابیایها به قدری بزرگ هستند که تنها با برش تیغ جراحی می توان آن ها را برداشت. در مواردی نیز فرد تمایل دارد در کنار لابیاپلاستی ، دیگر جراحی های زیبایی مربوط به واژن را نیز به انجام برساند. بدین نحو تحت تیغ جراحی قرار می گیرد. البته پزشک و متخصص زنان مناسب ترین شخص برای تصمیم گیری در این امر است.

## جراحی های زیبایی همزمان با لابیاپلاستی

یک مسئله ای که اکثر متقاضیان لابیاپلاستی دوست دارند نسب به آن آگاه باشند ، این است که آیا می توانند به طور همزمان با لابیاپلاستی ، در ناحیه تناسلی ، جراحی دیگری نیز به انجام رسانند. به طور کلی گفته می شود برای دستیابی به یک نتیجه بسیار مطلوب بهتر است پروسه های زیباسازی واژن در کنار یک دیگر صورت پذیرند. هر فرد با توجه به ایرادات ناحیه واژینال خود و پس از مشاوره با متخصص زنان ، علاوه بر لابیاپلاستی می تواند واژینوپلاستی ، تزریق چربی به واژن ، لیفت و تنگ کردن واژن با نخ و سایر روندها را به انجام رساند.

## نتیجه لابیاپلاستی و ماندگار آن

تورم ، درد و کبودی موقت لابیایها و واژن طی دو هفته اول بعد از عمل ، به مرور کاهش می یابند. با گذشت 6 هفته بخش بسیار زیادی از ورم کاملاً از بین می رود. هر چند احتمال دارد که دوره بهبودی و رسیدن به نتیجه نهایی حدود 4 الی 6 ماه زمان نیاز داشته باشد.

لابیوپلاستی به عنوان یک جراحی کاهشی در نظر گرفته می شود. منظور این است که بافت ها از محل مورد نظر جدا می شوند. به همین خاطر به عنوان یک فرایند تک مرحله ای با ماندگاری طولانی در نظر گرفته می شود. مگر این که به عارضه ای دچار شوید که شما را به جراحی مجدد مجبور کند.

## علائم خطر بعد از لابیوپلاستی

اگر بعد از جراحی زیبایی واژن ، شاهد هر یک از نشانه های زیر بودید ، بی درنگ به پزشک مراجعه کنید:

- ترشحات زرد یا سبز رنگ از نواحی برش های جراحی
- استشمام بوی بد از واژن
- خونریزی شدید

## ورم بعد از لابیوپلاستی

شدت تورم لابیایا به شیوه عمل لابیوپلاستی بستگی دارد. اگر لابیوپلاستی با لیزر انجام شده باشد ، معمولاً ورم نمود یافته چند روز باقی مانده و رفته رفته بهبود می یابد. اما چنانچه عمل زیبایی واژن تحت تیغ جراحی به انجام رسد ، ورم ایجاد شده به مدت طولانی تری ماندگار خواهد بود.. در این حین ، متوجه عدم تقارن لابیایا خواهید شد. برای کنترل تورم در روزهای ابتدایی فعالیت نداشته باشید و از کمپرس یخ استفاده کنید. شایان ذکر است که کسانی که پوست ضخیمی دارند ، ورم لابیایایشان دیرتر برطرف می شود. برای ارزیابی نتیجه جراحی باید اجازه دهید ورم لابیایا به طور کامل برطرف شود.

## آیا نتیجه جراحی لابیوپلاستی برگشت پذیر است ؟

طی پروسه جراحی ، بافت های اضافی برش خورده و از لابیایا جدا می شوند. مشخصاً بازگشت سن بافت ها امکان پذیر نخواهد بود. این احتمال وجود دارد که بعد از لابیوپلاستی فرد باردار شود یا به هر دلیلی با تغییرات هورمونی مواجه گردد ، این شرایط می توانند کمی باعث بروز تغییرات جزئی در لابیایا شود اما به حالت اولیه خود باز نخواهند گشت. زایمان و بارداری باعث رشد مجدد لابیایا نمی شوند تنها ممکن است کمی کشیدگی آن ها را به همراه داشته باشند.



## سن مناسب برای لایبپلاستی

یکی از سوالاتی که ممکن است در زمان فکر کردن به روند لایبپلاستی به ذهن خطور کند، سوال مربوط به سن مناسب برای انجام این روند می باشد. راز جراحی اینگونه توضیح می دهد که لایبپلاستی بر روی زنان جوان و حتی نوجوان قابل اجرا می باشد، ولی فرد داوطلب باید از کلیه شرایط زیر برخوردار باشد:

به بلوغ فکری رسیده باشد.

برای انجام این کار انگیزه شخصی داشته و تحت تاثیر دیگران، چنین تصمیمی را اتخاذ نکرده باشد.

انتظارات منطقی از روند داشته باشد.

بیشتر داوطلبین لایبپلاستی، زنان بالای 18 سال می باشند. زمانی که فرد در ناحیه لایبای خود احساس حساسیت یا درد در اثر ورزش کردن یا پوشیدن لباس های جذب می کند، یا در روابط جنسی خود با مشکلاتی روبرو می شود، می تواند لایبپلاستی را بعنوان راه چاره موثر برای درمان مشکل خود برگزیند.

## بهبودی کامل بعد از لایبپلاستی

بعد از عمل زیبایی لایبیا، احساس درد و ناراحتی خفیف در واژن محتمل است. برای کنترل این درد می توانید مسکن مصرف نمایید. متورم و کبود شدن واژن و لایباها و نواحی اطراف کاملاً نرمال است. برای استحمام باید 24 ساعت منتظر بمانید و بعد از آن مجاز به حمام کردن هستید. به یاد داشته باشید که باید به طور روزانه پمادهای آنتی بیوتیک تجویز را مورد استفاده قرار دهید. دستیابی به بهبودی کامل بعد از لایبپلاستی ممکن است کمی میان افراد مختلف متفاوت باشد اما به طور میانگین زمان مورد نیاز یک بازه 6 الی 8 هفته در نظر گرفته شده است.

## پیشگیری از سوزش بعد از جراحی زیبایی لایبیا

سوزش یکی از اثرات جانبی بسیار آزار دهنده می باشد که ممکن است بعد از لایبپلاستی فرد را درگیر سازد. از این رو بایستی برای جلوگیری از وقوع آن نکاتی را رعایت فرمایید:

نکشیدن سیگار و عدم استعمال هر گونه دخانیات دیگر

جلوگیری از بروز یبوست با داشتن برنامه غذای سالم و سرشار از فیبر

مصرف نکردن غذاهای تند و پر نمک و پر چرب

عدم استفاده از غذاها و نوشیدنی های حاوی کافئین



## آیا لابیپلاستی مشکلات زندگی جنسی را درمان می کند؟

در یک مطالعه انجام شده در زمینه جراحی ترمیمی و پلاستیک، نتایج روانشناختی لابیپلاستی مورد بررسی قرار گرفت. نتیجه حاصل از تحقیق، نشان داد که افراد درمان شده با لابیپلاستی، بهبود قابل ملاحظه ای را در رضایتمندی از شکل ظاهری لابیای خود گزارش داده اند. همچنین این درمان، دامنه وسیعی از حوزه های روانشناختی از قبیل بالا رفتن اعتماد به نفس در روابط جنسی را نشان می دهد. همچنین زنان دیگر در خصوص شکل ظاهری اندام تناسلی خود دغدغه نداشته و دچار افسردگی یا اضطراب ناشی از آن نمی شوند.

## چه کسانی داوطلب ایده آل برای لابیپلاستی محسوب نمی شوند؟

شما باید قبل از قرار گرفتن تحت چاقوی جراحی، از سلامت عمومی خوبی برخوردار باشید. بنابراین هر فردی که به بیماری مبتلا باشد، نمی تواند داوطلب خوبی برای لابیپلاستی محسوب شود. همچنین بیمار باید از نظر روانشناختی نیز در موقعیت خوبی قرار داشته باشد. بیمارانی که بر روی عیب و نقص های میلی متری تمرکز می کنند، قطعاً از نتیجه درمان ناراضی بوده و به دلیل غیر منطقی بودن انتظارات شان از جراحی، نمی توانند بعنوان داوطلب خوبی برای روند محسوب شوند.



## خطرات بالقوه لابیپلاستی چیست؟

هر زمان که شما تحت چاقوی جراحی قرار می گیرید، خطرات بالقوه ای شما را تهدید می کند. برخی خطرات بالقوه لابیپلاستی عبارتند از:

- کاهش حساسیت اندام تناسلی
- خشکی مزمن

- بی حسی
- بر جای ماندن جای زخم که باعث ایجاد یک رابطه جنسی دردناک می شود.
- همچنین عوارض جانبی از قبیل خونریزی، هماتوم و عفونت نیز قابل اشاره می باشد. اگر در طول روند لابیپلاستی مقدار زیادی پوست برداشته شود، این امر از انجام گرفتن صحیح کار این اندام یعنی مسئولیت محافظت از سوراخ واژن جلوگیری خواهد کرد. بنابراین به دلیل ورود آسان مواد خارجی به آن، تعادل PH بهم خورده و شرایط برای ابتلا به عفونت فراهم می شود.

## آیا نتیجه به دست آمده از لابیپلاستی تضمینی است؟

بیشتر جراحی های لابیپلاستی کار خود را که کوچک کردن اندازه لایا است به خوبی انجام می دهند. بیشتر بیماران، از نتیجه روند راضی بوده و بعد از جراحی، دیگر مشکلات قبلی در این ناحیه را تجربه نمی کنند. به گفته بسیاری از بیماران، این جراحی، زندگی آنها را عوض کرده است. همچنین این روند، یک راه حل خوب برای دستیابی به ظاهر خوشایند در ناحیه تناسلی و داشتن احساس رضایتمندی از رابطه جنسی می باشد.

## نحوه شست و شوی واژن بعد از لابیپلاستی

یکی از پرسش هایی که مراجعه کنندگان از پزشک خود می پرسند این است که بعد از عمل چگونه واژن خود را شست و شو دهیم. توصیه پزشک به آن ها این است که برای شستن واژن و محل جراحی ها تنها از آب ولرم استفاده کنند و پس از رفتن به سرویس بهداشتی با ضربات آرام واژن را تمیز کنند. به هیچ عنوان نباید محل جراحی مالش داده شود.

## تغذیه و لابیپلاستی



شاید برایتان عجیب باشد ولی باید بدانید که موفقیت نهایی در لابیپلاستی تا حدب به خوردنی و نوشیدنی های شما قبل و بعد از روند، وابسته است. تغذیه نقش مهمی را در کاهش کبودی و تورم در بدن ایفا کرده و توانایی بهبود را افزایش می دهد. با داشتن یک رژیم غذایی خوب و غنی از آنتی اکسیدان می توانید وضعیت بدن خود را بهبود بخشید.

این بدان معناست که باید قبل و بعد از جراحی، غذاهای حاوی ویتامین A، C و E میل کنید. همچنین غذاهای حاوی روی، منگنز، سلنیوم، و مس را در رژیم غذایی خود بگنجانید. روی در ماست، برنج قهوه ای، عدس، غلات کامل، شیر، سیب زمین پخته، سیر، اسفناج، لوبیا و بوقلمون یافت می شود. با خوردن آناناس، آجیل و سبزیجات برگ سبز نیز می توانید منگنز مورد نیاز خود را تامین کنید.

همچنین باید از نوشیدن الکل به دلیل تداخل آن در روند بهبود، اجتناب کنید.

## درد بعد از لابیپلاستی

طبیعی است که بعد از جراحی زیبایی لابیهای واژن، تا حدودی درد را تجربه کنید. منتها پزشک برای کنترل درد داروهای مسکن را تجویز کرده و به شما می گوید در چه مواقعی و به چه صورت از آن ها استفاده کنید. قرار دادن کمپرس یخ بر روی واژن و لابیها به کاهش درد، ورم و التهاب کمک می کند. همچنین علاوه بر استفاده از پدهای بهداشتی در طول ریکاوری، پوشیدن لباس های زیر آزاد و شلوارهای گشاد از سایش لابیها و در نتیجه بروز درد جلوگیری می کند.

## توصیه های خود مراقبتی بعد از عمل لابیپلاستی

یکی از راه های جلوگیری از نمود یافتن عوارض بعد از لابیپلاستی این است که بدانید چگونه از خود مراقبت کنید. مبحثی که در قسمت های مختلف مقاله راز جراحی به آن پرداخته شده است و در این بخش می خواهیم به نکات تکمیلی اشاره ای داشته باشیم.

توصیه جراحان این است که بعد از عمل به میزان کافی استراحت داشته باشید؛ زیرا استراحت کمک می کند که خونرسانی به بدن به نحو احسن انجام پذیرد. نشستن می تواند بر روی لابیها فشار مستقیم وارد کند؛ از این بابت برای استراحت کردن بهتر است بر روی کمر دراز بکشید. دقت داشته باشید که دراز کشیدن و ساکن ماندن در یک حالت نباید بیش از اندازه طول بکشد؛ در غیر این صورت با لخته شدن خون مواجه خواهید شد. برای جلوگیری از این امر، بعد از چند ساعت استراحت، بلند شده و مدتی به پیاده روی بپردازید تا خون در یک نقطه از بدن مثل پاها تجمع نیابد. البته که فعالیت بیش از حد هم می تواند خطرناک باشد. به طور کلی نباید در انجام نکات مراقبتی اغراق داشته باشید.

مسئله بعدی استفاده از مواد مخدر و کشیدن سیگار است. متأسفانه امکان دارد شماری از افراد به انجام این کار عادت پیدا کرده باشند؛ اما اگر می خواهند لابیپلاستی انجام دهند، برای آن که با عارضه جدی روبرو نشوند، دست کم به مدت 8 هفته بعد از لابیپلاستی باید از این کار فاصله بگیرند. به قدری این امر در نحوه بهبودی تاثیر گذار است که پزشکان توصیه می کنند متقاضیان مدتی قبل از عمل هم از پرداختن به این امور اجتناب نمایند؛ زیرا ماده های مخدر پروسه بهبودی را آهسته کرده و احتمال وقوع عوارض بعد از لابیپلاستی را افزایش می دهند.

پس از جراحی زیبایی واژن بایستی از وقوع یبوست جلوگیری کنید؛ زیرا فشار آوردن به خود هنگام دفع، موجب بروز درد در نواحی برش های جراحی شده و در روزهای اول ممکن است باعث پاره شدن بخیه ها شود. به همین خاطر بایستی در رژیم غذایی تان خوراکی هایی سرشار از فیبر مثل میوه و سبزیجات را قرار دهید. علاوه بر آن، نوشیدن آب و آمیوه های طبیعی بدن را هیدراته نگه داشته و به تسهیل فعالیت های روده کمک می کند.

## مراقبت از محل برش های جراحی بعد از لابیاپلاستی

یکی از مهم ترین مراقبت های بعد از لابیاپلاستی، نحوه مراقبت از برش ها است؛ زیرا همانطور که در قسمت عوارض گفته شد، مراقبت صحیح، از بروز عفونت جلوگیری کرده و البته باعث می شود که ریکاوری سریع تر پیش برود. پس از عمل، بعد از هر بار رفتن به توالت بایستی ناحیه واژینال را به آرامی با آب و یک شوینده ملایم شست و شو دهید. به عبارتی پزشک می گوید که طی یک روز واژن باید 5 مرتبه، به نحوه گفته شده، شسته شود. همچنین بعد از شست و شو و برای 10 روز از پماد های موضعی آنتی بیوتیک استفاده کنید و آن را بر روی محل بخیه ها اعمال نمایید. می توانید در این مدت برای جلوگیری از سایش لابیاهای از پدهای نرم استفاده نمایید. دیگر موردی که باید انجام دهید این است که حداقل برای یک ماه لباس های زیر گشاد و از جنس نخ بپوشید. این را هم بدانید که یک روز بعد از عمل احتمال دارد که اجازه استحمام به شما داده شود اما حواستان باشد که برای شستن لابیاهای واژن، آن ها را محکم مالش نداده و برای خشک کردن آن ها به صورت ضربات آرام عمل کنید. حوله ای که استفاده می کنید حتما حتما بهداشتی و تمیز باشد. به مدت 2 هفته نیز از فعالیت هایی مثل قرار گرفتن در وان حمام یا رفتن به استخر که موجب می شوند محل برش ها به مدت زیادی در تماس با آب قرار گیرند، اجتناب کنید.

## عوارض لابیاپلاستی

یک موردی که همیشه در ذهن متقاضیان جراحی های زیبایی زنان شکل می گیرد، ریسک و عوارض حین و بعد از عمل است؛ خصوصا که این تغییرات در ناحیه تناسلی به انجام می رسند و بروز حوادث جدی در آن قسمت می تواند از چندین جنبه نگران کننده باشد. عمل لابیاپلاستی هم می تواند عارضه هایی را در پی داشته باشد. در این بخش از راز جراحی، شما را نسبت به این مسئله آگاه نموده و احتمال وقوع آن ها را نیز متذکر می شویم. همچنین راه هایی را برای جلوگیری از بروز عارضه ها ارائه می دهیم.

حالت تهوع، کسالت و خواب آلودگی، اثرات جانبی موقتی هستند که به سبب بیهوشی عمومی نمود پیدا می کنند و تا 24 ساعت بعد از عمل این اثرات باقی خواهند ماند. در این بازه از شما خواسته می شود که به فعالیت هایی همچون رانندگی نپردازید و سعی کنید انجام کارهای مهم را به بعد از رفع اثرات داروی بیهوشی موکول کنید.

گفته می شود به خاطر اینکه در طول عمل جراحی، شما بدون حرکت بر روی تخت دراز می کشید، ممکن است لخته خون در عروق خونی پاهای شما تشکیل شود. این عارضه با اسم ترومبوز سیاهرگی عمقی (deep venous thrombosis) و به اختصار (DVT) نیز شناخته می شود. ریسک این عارضه برای هر جراحی که بیش از یک ساعت زمان برد، نظیر لابیاپلاستی، باید در نظر گرفته شود. البته عارضه مذکور بسیار به ندرت اتفاق می افتد؛ مگر آن که فرد به طور ژنتیکی به ناهنجاری اختلال در روند انعقاد خون دچار باشد.

به جهت ممانعت از وقوع DVT ، تمام کسانی که لابیپلاستی انجام داده اند باید پیش از خواب ، از گن های طبی فشرده استفاده کنند. از آن جایی که هنگام خواب برای مدت زیادی شما بی حرکت باقی می مانید ، احتمال اینکه خون در پاها لخته شود ، افزایش می یابد. اما پوشیدن جوراب های گنی و فشرده باعث می شود که در خواب جریان خون در آن ناحیه مختل نگردد و خون در یک نقطه تجمع نیابد.

تا زمانی که ضربان قلب و فشارخون بیمار در طول عمل پایین یا نرمال باشد ، خونریزی در حین پروسه بسیار به ندرت به وقوع می پیوندد. این مورد هم باید در نظر گرفته شود که انجام جراحی لابیپلاستی تحت بی حسی موضعی ممکن است هم برای بیمار و هم برای جراح تا حدی استرس زا بوده و احتمال بالا رفتن فشار خون و ضربان قلب را که ریسک خونریزی را افزایش می دهند ، در پی داشته باشد. این امر یکی از دلایلی است که انجام جراحی ، تحت بهوشی عمومی را متداول تر ساخته است. البته دقت داشته باشید که چنین عارضه ای در لابیپلاستی با لیزر وجود ندارد ؛ زیرا لیزر به صورت همزمان عروق خونی را منعقد ساخته و از بروز خونریزی جلوگیری می کند.

احتمال وقوع خونریزی بعد از عمل جراحی هم بسیار بسیار پایین است اما صفر نیست. پزشکان توصیه می کنند که برای ممانعت از نمود یافتن این عارضه بعد از لابیپلاستی ، به مدت یک هفته از محل کار خود مرخصی گرفته و تا 3 الی 4 هفته به تمرینات ورزشی پر فشار و هر گونه فعالیت دیگری که تحرک و صرف انرژی زیادی را شامل می شود ، نپردازید. فعالیت های جنسی نیز عموماً با گذشت 3 الی 6 هفته یا هر زمانی که فرد احساس راحتی داشته باشد ، از سر گرفته می شوند.

هر نوع عملی که با ایجاد برش بر روی سطح پوست به انجام رسد ، احتمال دارد بعد از آن ، عفونت نیز رخ دهد. البته بسته به میزان برش و حساسیت ناحیه مورد نظر ، شدت عفونت تعیین می گردد. بعد از لابیپلاستی چنانچه از محل برش ها به خوبی مراقبت کرده ، طبق دستور پزشک بهداشت آن ناحیه رعایت شود و داروهای آنتی بیوتیک مورد استفاده قرار گیرند ، قادر خواهید بود مانع از بروز عفونت که جز [عوارض لابیپلاستی](#) است، شوید.

برخی از زنان که به داروی آنتی بیوتیک بیش از حد حساس هستند ، امکان دارد بعد از مصرف این داروها ، سطح باکتری های واژن آنان تغییر کرده و به عفونت قارچی دچار شوند. این بانوان جهت پیشگیری از وقوع این عارضه باید مطابق با تجویز دکتر ، دارو پروبیوتیک مصرف کنند.

## سوالات متداول لابیپلاستی

### • **علل خونریزی بعد از جراحی لابیپلاستی چیست؟**

در بروز خونریزی بعد از این عمل فاکتورهای متعددی دخیل هستند. مثلاً امکان دارد جراحی موقع بخیه زدن ، به وجود یک رگ در آن ناحیه دقت نکرده باشد و همین امر علت خونریزی شود. مورد دیگری نیز که ممکن است مسبب این امر شود ، نشستن های دراز مدت است که از گردش مطلوب خون در بدن جلوگیری می کند. علاوه بر این بلند کردن وسایل سنگین وزن یا تحرک بیش از حد نیز می تواند باعث باز شدن بخیه ها شوند. عدم رعایت نکات مراقبتی و بروز عفونت به سبب آن ، یکی دیگر از علت های خونریزی است. بیبوست هم که موجب می شود فرد هنگام عمل دفع فشار زیادی به خود وارد کند ، می تواند یک دلیل دیگر خونریزی زخم های جراحی باشد.

### • آیا بعد از عمل لابیپلاستی اسکار بر جای می ماند؟

معمولاً در عمل های جراحی که با برش دهی همراه هستند ریسک برجای ماندن اثر آن ها نیز باید در نظر گرفته شود. جراح تا جایی که امکان دارد برش های لابیپلاستی را در محلی ایجاد می کند که خیلی نمایان نباشند. البته این اسکارها نیز با گذشت زمان کمرنگ می شوند.

### • دلیل عفونت بعد از جراحی لابیپلاستی چیست؟

یکی از عوارض شایع بعد از لابیپلاستی ، عفونت می باشد. این مورد در اغلب اوقات در روزهای اولیه بعد از عمل نمود می باید. علل مختلفی می تواند در پدید آمدن عفونت دخیل باشند. این موارد عبارتند از:

عدم رعایت نکات بهداشتی و شست و شوی نادرست ناحیه شرمگاهی

استفاده نکردن از پمادهای موضعی آنتی بیوتیک که توسط پزشک تجویز شده اند.

مراقبت نکردن به نحو احسن از محل زخم و برش های جراحی

به جهت پیشگیری از بروز عفونت باید مراقبت های بعد از لابیپلاستی به دقت انجام پذیرند. اگر به هر دلیلی به این عارضه دچار شدید فوراً به متخصص زنان مراجعه نمایید.

### • مدت زمان جوش خوردن بخیه های جذبی واژن چقدر است؟

با توجه به شرایط بدنی هر شخص و سطح سلامت جسمانی او ، بازه زمانی جذب بخیه ها متفاوت است. برای برخی افراد این مدت طولانی بوده و برای تعدادی دیگر کوتاه مدت است. چنانچه از بخیه های غیرقابل جذب استفاده شده باشد ، زمان مناسب کشیدن آن ها از سوی متخصص تعیین می گردد.

### • آیا لابیپلاستی روی بارداری و زایمان طبیعی تاثیر می گذارد؟

پاسخ این پرسش منفی است. این جراحی زیبایی واژن بر توانایی باروری اثرگذار نیست. اما ممکن است که بارداری و زایمان بر روی نتیجه بدست آمده از لابیپلاستی تاثیر بگذارد. حتی اگر در روز تعیین شده برای عمل مشخص گردد که فرد حامله است ، لابیپلاستی به تعویق می افتد. اگر می خواهید بعد از لابیپلاستی بارداری شوید ، باید حداقل یک سال از عمل تان گذشته باشد. چرا که زایمان طبیعی ممکن است موجب کشیده شدن لابیپلاستی شود.

### • آیا بیمه هزینه لابیپلاستی را پوشش می دهد؟

همانطور که احتمالاً مطلع هستید ، هزینه های پروسه های زیبایی مشمول بیمه نمی شوند. لابیپلاستی نیز در گروه های عمل های زیبایی جای دارد ، پس مشخصاً تحت پوشش بیمه قرار نمی گیرد. به طور کلی شرکت های بیمه اهمیتی نمی دهند که لابیپلاستی

در راستای زیبایی یا درمانی انجام شده است یا خیر ، در هر حال هیچ یک از عمل های مربوط به واژن توسط بیمه پوشش دهی نمی شوند.

### • آیا لابیپلاستی در سفید کردن واژن تاثیرگذار است ؟

بسته به میزان و محدوده تیرگی واژن ، ممکن است لابیپلاستی در سفید کردن واژن آن اثرگذار واقع شود. همانطور که توضیح داده شد لابیپلاستی برای رفع ایرادات ظاهری لابیاهای مینور انجام می شود؛ حال اگر میزان بیشتری از تیرگی ناحیه شرمگاهی ، به لابیاهای مینور مربوط شود ، هنگام جراحی با برش بافت های اضافه آن ، بخش زیادی از تیرگی نیز جدا شده و واژن روشن تر به نظر می رسد. اما اگر لابیاهای ماژور باعث تیرگی واژن شده باشند ، باید روند دیگری را جهت سفید کردن ناحیه واژینال اتخاذ نمود. مانند روشن سازی با لیزر مونالیزاتاچ.

