



Lifting obličej a krku (Face lift) řeší problematiku projevů stárnutí. Plastická operace obličej nemůže zastavit proces stárnutí, jeho projevy však oddálí o několik let. Jedná se o vypnutí kůže a podkožního aparátu obličej a krku. Díky novým metodám v kosmetologii a korektivní dermatologii se velmi dobře daří zmírnit a oddalovat projevy stárnutí obličej. Přesto **face lift i v současné době patří stále k nejčastějším estetickým operacím**, protože je-li správně načasován, jeho efekt je stále nejvýraznější a dlouhodobý. Pokud je třeba řešit problémy stárnutí celého obličej, měl by být nejprve proveden **lifting obličej a krku – face lift**, pak následuje **operace očních víček**. Face lift může být prováděn u žen i mužů. U mužů však nejsou vždy tak dobré možnosti zastření jizev díky postupně řídnuoucím vlasům, a navíc dojde vytažením kůže k posunu růstu vousů těsně před i za ušní boltec.

Kdy je vhodné podstoupit Face lift

Maximální efekt lze očekávat, je-li **lifting obličej** proveden v optimálním věkovém rozmezí s přihlédnutím k typu obličej, kvalitě kůže a elasticitě. Nejčastější věková skupina je 50-60 let. U plastické operace obličej však platí více než kdekoli jinde, že by zákrok měl být správně načasován. K face liftingu bychom měli přistoupit, když se jedná již o výrazněji povolenou kůži obličej (nejčastěji to bývá v oblasti tváří v dolní polovině na hraně oblouku dolní čelisti a na krku v oblasti podbradku) a pokud již struktura tkání obličej má již výrazně sníženou elasticitu. V takovém případě bude efekt plastiky obličej dlouhodobý (průměrně 8-10 let), protože tkáň obličej a krku již nemají dostatečnou pružnost a schopnost přizpůsobení se neustálému pohybu navyké mimiky. Operujeme-li příliš brzy, efekt po face liftu bude dobrý, ale pružná a elastická kůže i podkožní struktury se poměrně rychle přizpůsobí navykým pohybům a mimice a zhruba do 2-3 let efekt operace zcela vymizí.

Plastickou operaci obličej a krku lze samozřejmě opakovat, ale je to vhodné jednou, maximálně dvakrát a vždy po delším odstupu (přibližně 10 let). Pokud k opakovaným face liftům dojde vícekrát a s časovým odstupem 3-4 let, dosáhneme postupně upjatého maskovitého obličej se ztenčenou kůží a rizikem výrazných roztažených jizev.

Rozsah i maxima povolené kůže obličej a krku bývá dosti individuální, stejně jako rozsah vrásek. Proto se i při liftingu obličej musíme soustředit na jednotlivé partie individuálně. Někdy je třeba se více zaměřit na oblast krku a úhlu dolní čelisti, jindy naopak spíše na tvář až k oblasti spánků apod.

Stejně i rozsah a hloubka vrásek je velmi rozdílná. Musíme si uvědomit, že vrásky jsou pouze odrazem naší navyké mimiky a schopnosti kůže tah mimických svalů více či méně vyrovnávat. Při face liftu dojde k vypnutí kůže a tím vyhlazení a změkčení mimických vrásek. Do mimiky obličejových svalů však při operaci nezasahujeme, proto je třeba počítat s tím, že tyto vrásky se opět postupně začnou tvořit či prohlubovat. Nosoretní vrásky probíhající od nosních křídel k ústním koutkům a tvořícím přirozené rozhraní skupiny tvářových svalů a kruhového svalu úst jsou na obličej vždy. Face liftingem je můžeme zjemnit a vyhladit, ale nikdy ne odstranit. Rovněž jemné kolmé vrásky na horním a dolním rtu lifting obličej neodstraní ani neovlivní.

Obecně lze říci, že lepší a dlouhodobější efekt face liftu je vždy u obličej štíhlejšího, s jemnější kůží. U kulatějšího typu obličej s větší vrstvou podkožního tuku nedosáhneme tak výrazného vypnutí kůže, výhodou zde však je, že zde nebývají jemné mimické vrásky. Je-li výraznější vrstva podkožního tuku na krku, zejména v oblasti podbradku, lze lifting obličej a krku doplnit **liposukcí** podbradku, čímž dosáhneme vždy výraznějšího efektu.

Lifting obličeje a krku – Face lift

Zárok provádíme v kombinaci místního a celkového znecitlivění. Celkové znecitlivění může být buď **celková anestezie** nebo tzv. **analgoosedace**, což je anestezie řízená nitrožilně.

Face lift zahajujeme po celkové desinfekci obličeje i vlasů řezem vedeným z vlasaté části spánkové krajiny směrem dolů těsně před boltcem (řez lze vést buď před nebo za tragem – t. j. chrupavčítým výběžkem vyklenujícím se před zvukovodem), dále kolem ušního lalůčku a v rýze za boltcem, kde se asi v polovině boltce stáčí do vlasů. Délka řezu je závislá na potřebném rozsahu operace. Poté se uvolní kůže tváře a krku od spodiny a vyměří se a odstraní nadbytek kůže. Dále je třeba provést SMAS lifting - posun a zpevnění vazivové svalové podkožní struktury. Provádí se buď plikací – nařasením, nebo resekci – odstraněním povolené podkožní struktury a sešitím vstřebatelnými stehy. Nakonec je třeba pečlivě sešít kožní okraje pomocí intradermálních (nitrokožních) stehů na viditelných místech a jednotlivých stehů ve vlasech a za boltci. Používají se vstřebatelné i nevstřebatelné materiály. Ve většině případů je třeba k odvádění drobného krvácení zavést na 24 hodin jemné trubičkové drény. Plastická operace obličeje je ukončena přiložením celkového obvazu hlavy. Obvyklá operační doba liftingu obličeje je 70 až 90 minut.

Pooperační průběh po face liftingu

Po **liftingu obličeje** je nutná **hospitalizace alespoň do druhého dne**, kdy je proveden první převaz. Pokud je průběh standardní, jsou při tomto převazu odstraněny drény a pacient může být propuštěn do domácího ošetřování. **Po operaci v analgoosedaci nebo v celkové anestezii, je nutné vědět, že 48 hodin po výkonu nesmíte řídit auto.** Vždy je třeba dodržovat polohu na zádech s vyvýšenou hlavou. Celkový obvaz nebo **elastická ohlávka** však **zůstává** dle pokynů ošetřujícího lékaře **4 až 5 dnů po operaci stále a pak asi týden během noci.**

Otoky obličeje a očních víček, někdy i podkožní krevní podlitiny v prvních pooperačních dnech patří k normálnímu pooperačnímu průběhu. Rovněž tělesná teplota může přechodně na 1-2 dny stoupat do 38 st C. Proto je třeba dodržovat klidový režim a přikládat studené obklady na tváře a víčka.

Pooperační bolesti po operacích obličeje většinou nebývají, spíše se jedná o nepříjemný tlak bandáže a omezené možnosti polohování hlavy.

Po sejmutí obvazu je třeba opakovaně mýt vlasy. Otoky obličeje a podlitiny postupně ustupují a mizí většinou do 10. - 14. dne po operaci. Další kontroly a převazy po sejmutí obvazu jsou vždy dle pokynů lékaře a dle stavu hojení, **stehy jsou většinou postupně odstraněny po 14 až 21 dnech.** Po tuto dobu je třeba také dodržovat klidový režim s omezením pohybu hlavy a krku. Fyzickou zátěž musíme přidávat postupně. S normální zátěží včetně cvičení apod. můžeme začít zhruba po 1 měsíci od operace. Jakmile se jizvy dokonale zahojí, což je přibližně jeden měsíc po operaci, měli byste **jizvy masírovat.** Provádějte takzvané tlakové masáže, to znamená, položte prst na jizvu, zatlačte na pět až deset sekund a opakujte, promasírujte tímto způsobem celou jizvu. Jizvy postupně změknou a stanou se světlými. Masáže výrazně urychlují proces hojení.

Líčení po face liftu je možné zhruba týden po odstranění stehů, **barvení vlasů tmavými barvami 4-6 týdnů po operaci.** Rekonvalescence je individuální a závisí na schopnostech hojení i celkovém přístupu každého jedince. Po bezprostředním zahojení (do 10-14 dnů) musíme počítat s tím, že vzhledem k rozsahu operace potřebují tkáň obličeje a krku několik týdnů na stabilizaci. Pocity tahu při pohybu a porušení jemné dotykové citlivosti v operovaných místech jsou normálním průvodním jevem a postupně se upraví během několika týdnů. Rovněž mírné otoky a prosáknutí kůže se může přechodně objevovat, zejména v teplejším ročním období, ještě několik týdnů. Minimálně 2-3 měsíce po face liftu bychom neměli obličej aktivně vystavovat intenzivnímu slunečnímu záření a při pobytu na slunci chránit obličej krémy s vyšším ochranným faktorem.

Komplikace po plastické operaci obličeje a krku

Možnou komplikaci po **liftingu obličeje** představuje nejčastěji **pooperační krvácení**, které nám může prodloužit dobu hojení a vstřebávání otoků a modřin i o týdny. Další možnou komplikací je infekce a následné zánětlivé komplikace, kterým však většinou zabráníme preventivním podáním antibiotik. Přechodné mírné snížení citlivosti kůže obličeje odezní po několika týdnech.

Pozdějšími komplikacemi po face liftingu může být snížení či porušení mimiky tváře nebo mimiky rtů a úst. Tyto komplikace jsou poměrně ojedinělé a vznikají porušením nervového vedení obličejových nervů. Jejich regenerace je poměrně dlouhodobá – většinou řadu týdnů – a vyžaduje speciální rehabilitaci obličejových svalů a podpůrnou léčbu vitaminy. Dalším problémem po face liftu mohou být postupně vznikající a zbytnující jizvy, nejčastěji za boltci, někdy i kolem lalůčků. Toto je závislé na velmi individuálních schopnostech hojení

každého jedince. Zde je velmi důležitá dlouhodobá péče o jizvy dle rad plastického chirurga. Hojení jizev na obličeji však bývá velmi dobré a výrazné či zbytnělé jizvy vznikají spíše vzácně.