



Martin Tománek: Naše vlastní tělo se nám musí líbit

Je vyhledávaným odborníkem na laserové modelační techniky těla. Na klinice LaserPlastic provedl více než deset tisíc laserových liposukcí. Ve volném čase rád sportuje i maluje a právě modelace postavy je podle něj něco jako sochařina, umění, které pak odejde po svých.

O vás lákalo na medicínu? Měl jste nějaký lékařský vzor?

Patřím k té generaci, jež šla ve šlépějích svých rodičů, kteří pro ně byli největším vzorem. Můj otec měl atestace v chirurgii a následně urologii, takže i já jsem původem chirurg a urolog. Můj počáteční sen byl však neurochirurgie, kde mi byli vzory profesor Zvěřina a docent Vladyka.

To byli skutečně průkopníci a dá se říct, že i „hvězdy“ ve svém oboru. Co vás pak přivedlo k oboru estetické chirurgie?

Na klinice LaserPlastic, kde působím, jsem začal nejdříve dělat estetické a plastické výkony na intimních partiích.

V té době jsme pak objevili i první ambulantně prováděné tumescenční liposukce v lokální anestezii, které k nám z Německa tehdy přivezl doktor Linzer. Odletěl jsem do New Yorku za účelem dále se v této oblasti vzdělávat, fascinován touto moderní technikou. Právě tam, na stáži na YUVA Clinic, jsem se seznámil s prvním propojením liposukcí a laserů. Byl jsem tak unesený způsobem i elegancí, s jakou se terapie prováděly, a rozhodl se přivést první takový přístroj do České republiky a začít s laserovou modelací i u nás.

Vaší profesí je dnes specializace na liposukční a modelační techniky.**Patříte mezi vyhledávané odborníky. Jak kompenzujete náročnost tohoto povolání?**

Liposukce je fyzicky velmi náročná na provedení, je proto důležitá síla v rukou, ale i v nohou a zdravá záda. Být fit je podle mě důležité pro všechny bez ohledu na oblast povolání. Maximum svého volného času proto trávím se svými, dnes již prakticky dospělými, dětmi na čerstvém vzduchu při sportu. Závodně jsem hrál tenis, rekreačně lyžoval, syn byl taktéž lyžařským instruktorem a dcera hraje závodně badminton.

Jaké dovednosti by měl mít podle vás dobrý plastický chirurg?

Pro chirurgy je obzvlášť důležité mít dobrou fyziku, protože stojí dlouhé hodiny u pacienta, pro něž je rychlost – a zároveň preciznost – výkonu důležitá. Proto vedle schopnosti dobře zákrok odvést je důležitá také přesná míra. Je třeba znát, kde se může ještě ubrat, aby to nebylo moc a výsledek byl přirozeně krásný. Chirurg je v podstatě umělec, který pacientům navrácí půvab.

Co je na vaší práci nejtěžší? A co nejkrásnější?

Nejtěžší je asi ustát několikero liposukcí za sebou. Stejně tak těžké je někdy vysvětlování, proč liposukce například není možná u velmi obézních jedinců. Nejkrásnější je samozřejmě pocit, kdy jsou po této dřině pacienti spokojeni a mají dokonalou postavu, na kterou se opět rádi dívají do zrcadla.

Co vás ve vaší profesi nejvíce naplňuje?

Ve svém volném čase jsem dříve rád maloval, takže k umění nemám daleko. A modelace postavy je něco jako sochařina, umění, které pak odejde po svých. Vaši práci nejvíce ocení, když vidíte při kontrole pacientky, jak se na sebe opět rády dívají a číší z nich znovuobjevené sebevědomí.

Zaměřujete se především na odstraňování tuku. Jaké metody jsou nyní nejžádanější? A proč?

Laserová liposukce je doposud nejmodernější a zároveň nejefektivnější metodou modelace postavy. Klinika je vybavena nejnovější generací přístroje BeautiFill, který dokáže tři úkony najednou: laserovou liposukci, vypínání pokožky a přenos vlastního tuku. Ošetření je šetrné a je možné ho provádět i ambulantně. Laserování, odsávání tuku i vypínání kůže totiž probíhají současně, a to pomocí jedné kanyly. Zároveň tak lze získat přes 95 procent životaschopných buněk, které je možné ihned aplikovat do jiné oblasti, a přirozeně tak postavu tvarovat.

„O liposukcích se říká, že jsou pro obézní jedince. Opak je však pravda.“

Z jakých tělesných partií lze tuk odstranit? Je odstranění definitivní, nebo se tuk začne na témže místě opět hromadit?

Tuk můžeme odstranit prakticky odkudkoli, nejčastěji z břicha, boků, stehen, ale také nad koleny, z podbradku či na zádech. Jediný tuk, který nelze odstranit, je viscerální, tedy ten, který obaluje naše orgány v těle. Tukové buňky se totiž tvoří a množí pouze v době, kdy je dítě ve vývinu. V dospělosti je jejich počet fixní a dále se již nerozmnožují, proto jejich odsátí liposukcí je jediné efektivní a trvalé řešení. Je však třeba si uvědomit, že buňky, které v těle zůstanou, se mohou zvětšovat. Když po operaci nebudeme dodržovat nějaký zdravý režim, sportovat a jíst netučná jídla, ale buňky budeme „krmit“, mohou se začít zvětšovat a opakovaná operace pak může být potřebná.

Pro koho je odstranění tuku vhodné?

Pro každého, kdo se trápí s jeho nadměrným ukládáním v nějaké tělesné partii. Ideální jsou lidé s asymetriemi, jako jsou velké boky či stehna.

Je liposukce pouze estetická, nebo může mít i zdravotní důvody?

Určitě není pouze estetická. Přebytkový tuk a kůže na nevhodných partiích mohou způsobovat kožní problémy jako plísňe či dermatitidy. Existují i onemocnění, při nichž dochází k lokálnímu nahromadění tuku, které je možné odstranit pouze liposukcí. Stejně tak může takový stav poškodit sebevědomí jedince a narušit mentální zdraví. Každý se chceme ve svém těle cítit skvěle, když s ním travíme celý svůj život.

Souhlasíte s tím, že liposukce není dieta a že je třeba změnit i svoje myšlení?

Rozhodně. Snažím se u většiny svých klientů zákrokem nastartovat právě novou etapu života, kdy najedou na zdravější režim. Někteří mohl přebytek tuku v jistých partiích překážet při sportu nebo se mohli pro tento diskomfort stydět

sportovat. Zdravý režim po liposukci jim zase pomůže si efekt zákroku dopřát co nejdéle. Jiní by naopak na liposukci chtěli jít, ale musejí nejdříve zhubnout do operovatelné váhy. U většiny pacientů je motivací udržet si svůj nový vzhled a zdraví pod kontrolou.

Vy sám sportujete. Co ale mají dělat lidé, kteří na sport nejsou, protože nikdy nebyl součástí jejich životního stylu – dokáže jim současná medicína nějak pomoci, aby místo tuku nabrali svalovou hmotu?

K tomu bych rád řekl, že za jeden z nejzdravějších a nejbezpečnějších sportů dnešní doby se považuje pouhá chůze. Je ale pravda, že některé partie se takto upravit nepodaří a jsou na ně krátké i diety nebo sport. Pro takové případy, ale i pro sportovce, kteří chtějí posílit

MARTIN TOMÁNEK

● Vystudoval Fakultu všeobecného lékařství Univerzity Karlovy v Praze a následně pracoval ve Fakultní nemocnici Bulovka v Praze.

Mezi lety 2006 a 2009 získal v Paříži, Bangkoku, Düsseldorfu a Darmstadtu certifikace pro práce s liposukčními technikami a sám je školitelem v této oblasti.

V roce 2007 absolvoval stáž v New Yorku, jež byla zaměřena zejména na laserové liposukce a SmartLipo. Představil tak v Česku i první liposukční laser, který k nám dovezl.



70

„Cílem plastické operace je zcela přirozený výsledek, kdy na dotyčném úpravě nejsou poznat, pouze mu uberou tam, kde mu přebývalo, ať už se jedná o kůži, vrásky, tuk, či roky v obličeji.“

například jen určitou skupinu svalů, máme na klinice neinvazivní přístroj Emsculpt Neo, jenž využívá současně dvě technologie – synchronizované působení radiofrekvence, která rozpouští tuk, a vysokovýkonné fokusované elektromagnetické pole, jež zase vyvolává svalové kontrakce silnější, než kterých dosáhneme sami při cvičení, čímž formuje svalstvo.

Tento přístroj doporučují i celebrity jako Kim Kardashian nebo Jennifer Lopez. Jaké jsou ale vaše klientky tady v Česku? Mají něco společného? Pacientky nelze kategorizovat, a to ani pohlavím, věkem, či dokonce

národností. Vzhledem k tomu, že odstraňujeme tuk prakticky odkudkoli, může se jednat o mladou hubenou ženu s velkým podbradkem, muže s takzvanými špičky v pase či ženu středního věku, která má po dětech velké boky a malá prsa a touží po přesném opaku. I taková přání jsem schopen splnit. Operoval jsem jak čerstvě plnoleté pacienty, tak jedince v důchodovém věku, a to z celého světa.

Podstupují liposukce také muži?

A mají stejná přání jako ženy?

Samozřejmě, nicméně stejná přání jako ženy z důvodu jiné stavby těla a metabolického vývoje mít nemohou. Největší rozdíly jsou například u prsou, kdy muži mohou chtít odsát přebytečný tuk, kdežto ženy jej tam mohou chtít naopak převést z jiné části těla, tedy žádají o transfer tuku do poprsí za účelem jeho zvětšení.

Setkáváte se s nějakými předsudky vůči plastickým chirurgům či liposukcím? A co na to říkáte?

Bohužel je to na denním pořádku. Když se řekne plastika, lidé si často představí nehezky výsledek faceliftu, kvůli kterému má pacient nepřírodně nataženou kůži okolo očí či obrovská prsa. Cílem plastické operace je však zcela přirozený výsledek, kdy na dotyčném úpravě nejsou poznat, pouze mu uberou tam, kde mu přebývalo, ať už se jedná o kůži, vrásky, tuk, či roky v obličeji. O liposukcích se zase říká, že jsou pro obézní jedince. Opak je však pravdou a za pomoci liposukce pouze postavu modelujeme, odstraňujeme přebytečný tuk v partiích, které působily v celkovém kontextu těla asymetricky, a postavu tak zeštíhlíme a vyrovnáme.

Ženy a muži za vámi chodí, protože se chtějí líbit sobě i okolí. Jak vnímáte krásu vy?

Krásu je velmi relativní pojem, každému se líbí něco jiného, ale to hlavní je, jak vnímáme sami sebe. Pro naše mentální zdraví je důležité, aby se nám naše tělo líbilo, protože s ním nakonec strávíme celý život. ■