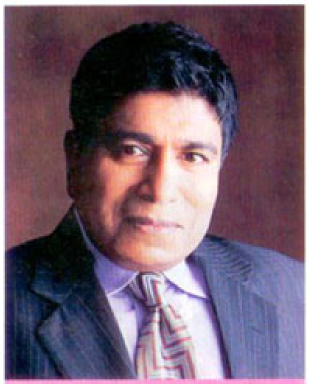

डॉ मोहन थॉमस, एमडी (यूएसए), एफ़एसीएस (यूएसए), माउंट सिनाय हॉस्पिटल न्यूयॉर्क के विज़िटिंग स्कॉलर व कंसल्टेंट हैं. साथ ही ब्रीच कैंडी हॉस्पिटल के दि कॉस्मेटिक सर्जरी इंस्टीट्यूट, मुंबई से भी जुड़े हुए हैं

स मैं 45 वर्षीया हूं. पिछले पांच वर्षों से मेरे गाल और नाक पर पिग्मेंटेशन की समस्या है. मैंने कई क्रीम्स, माइक्रोडर्माब्रेशन, ग्लायकॉलिक पील्स का भी इस्तेमाल किया है. बावजूद इसके पिग्मेंटेशन बरक़रार है, हालांकि ट्रीटमेंट के दौरान इसमें कमी ज़रूर आती है. मैं जानना चाहती हूं कि ब्लू पील का इस्तेमाल करने से कोई फ़ायदा होगा या नहीं.

सीमा व्यास, *मुंबई*

ज आप प्रीमेनोपॉज़ल अवस्था में हैं, मेरे ख़्याल से आपको मेलास्मा नामक पिग्मेंटेशन है. मेलास्मा हार्मोन्स से संबंधित पिग्मेंटेशन है, इसका प्रभाव चेहरे के ऊपरी और बीच वाले हिस्से पर अधिक होता है. प्रिस्क्रिप्शन क्रीम्स और ब्लू पील्स जैसे ट्राय क्लोरो एसिटिक एसिड पील्स से पिग्मेंटेशन को काफ़ी हद तक कम किया जा सकता है, पर हार्मोन्स के स्तर में उतार चढ़ाव के चलते पिग्मेंटेशन की समस्या दोबारा हो सकती है. अधिकतर मामलों में मल्टीपल ट्रीटमेंट की ज़रूरत होती है. इस तरह के पिग्मेंटेशन को पूरी तरह छुपाने के लिए कैमूफ़्लैग मेकअप के अलावा दूसरा विकल्प उपलब्ध नहीं है. कई बार मेलास्मा पिग्मेंटेशन हताशा की स्थिति पैदा कर देता है. ऐसे में बेहतर यही होगा कि आप इसे स्वीकारें और इसके साथ जीने की आदत डालें, क्योंकि इसको पूरी तरह से ठीक करना संभव नहीं है.

स मैं वेजाइनल रेजुविनेशन कराना चाहती हूं. साथ ही हायमेन रिपेयर सर्जरी भी करवाना चाहती हूं. मेरी इच्छा है कि लाबिया और निप्पल एरिया पिंक हो. मैं अपने ब्रेस्ट साइज़ को साइज़ ए से साइज़ डी तक बढ़वाना चाहती हूं.

सलमा, *ढाका*

ज निप्पल या जननांगों के रंग बदलने के लिए कोई सर्जरी नहीं है. यदि आप इनके रंग में परिवर्तन करना चाहती हैं तो किसी अच्छे टैटू आर्टिस्ट से संपर्क करें, शायद वो आपकी मदद कर सके. रही बात वेजाइन रेजुविनेशन सर्जरी की तो इसके माध्यम से वेजाइना में कसाव लाया जा सकता है तथा लाबिया को छोटा किया जा सकता है. अस्पताल में भर्ती होने की आवश्यकता नहीं होती. ब्रेस्ट की साइज़ बढ़ाने के बारे में यह कहूंगा कि ब्रेस्ट इम्प्लांट द्वारा इसकी साइज़ को बढ़ाया जा सकता है. ब्रेस्ट इम्प्लान्ट एक सुरक्षित प्रक्रिया है. इससे स्वास्थ्य या ब्रेस्ट की फ़ंक्शनिंग पर कोई भी नकारात्मक प्रभाव नहीं पड़ता. इम्प्लान्ट कितना किया जाना है यह आपके मौजूदा ब्रेस्ट साइज़ और ब्रेस्ट की त्वचा की इलैस्टिसिटी पर निर्भर करता है. ब्रेस्ट सर्जरी का लक्ष्य होता है कि ब्रेस्ट सामान्य दिखें.

स पांच वर्ष पहले फ़ुटबॉल खेलते समय मेरे पति की नाक टूट गई थी. तब से उनकी नाक के बीच वाले हिस्से पर उभार सा दिखता है. उनकी उम्र 33 वर्ष है, वे शारीरिक रूप से पूर्णतः स्वस्थ हैं. क्या सर्जरी द्वारा उनकी नाक को ठीक किया जा सकता है? यह भी बताएं कि क्या सर्जरी के तुरंत बाद वे वापस आ सकते हैं?

प्रतीक्षा, *नैरोबी*

ज आपके पति की नाक पर का उभार रायनोप्लास्टी द्वारा ठीक किया जा सकता है. सर्जरी कराने से पहले आपके पति से पूरी प्रक्रिया के बारे में विस्तार से बात करना आवश्यक होगा, ताकि वे सर्जरी के लिए मानसिक रूप से तैयार हो सकें. कभी कभी ऐसा भी होता है कि सर्जरी के बाद नाक को मनचाहा आकार नहीं मिलता, कई लोग इससे हताश हो जाते हैं. पर ऐसी स्थिति में हताश होने की ज़रूरत नहीं है, क्योंकि नाक के आकार को उसी समय सही आकार में लाया जा सकता है. इस पूरी प्रक्रिया के लिए अस्पताल में भर्ती होने की आवश्यकता नहीं होती है. रही बात सर्जरी के बाद नैरोबी वापस जाने की तो सर्जरी के कम से कम एक हफ़्ते बाद वे वापस जा सकते हैं. ऐसा इसलिए क्योंकि सर्जरी के बाद एक हफ़्ते तक काफ़ी ध्यान देने की आवश्यकता होती है. सर्जरी से पहले और उसके बाद की प्रक्रिया के लिए कुल 10 दिन का समय लगता है.

स मैंने छह वर्ष पहले ब्रेस्ट इम्प्लांट करवाया था. चूंकि मुझे बड़े ब्रेस्ट्स चाहिए थे इसलिए 500 सीसी इम्प्लांट का इस्तेमाल किया गया था. अब मेरे ब्रेस्ट्स झुक गए हैं. क्या बिना किसी बड़ी सर्जरी के इन्हें दोबारा ठीक किया जा सकता है?

सोनिया, *जालंधर*

ज पूरी सावधानी और उचित मानदंडों के अनुसार की गई ब्रेस्ट इम्प्लांट सर्जरी के बाद ऐसी समस्या होना सामान्य नहीं है. पर जब छोटे ब्रेस्ट पर बहुत बड़ा इम्प्लांट किया जाता है तब ब्रेस्ट्स में झुकाव देखा जाता है. ऐसा इसलिए होता है क्योंकि इम्प्लांट के लिए तैयार किया गया पॉकेट बहुत बड़ा होता है. बिना किसी बड़ी सर्जरी के आपके ब्रेस्ट्स को दोबारा ठीक किया जा सकता है. इस प्रक्रिया में इम्प्लांट भी नहीं बदलना होगा.

स मैं 40 वर्षीया हूं. मेरे चेहरे पर गहरी रेखाएं थीं और मेरी त्वचा में ढीलापन आ गया था. एक डर्मैटोलॉजिस्ट ने मुझे थ्रेड लिफ़्ट प्रक्रिया की सलाह दी. यह प्रक्रिया कराने के बाद मेरी त्वचा खिंची खिंची दिखती है और मुझे ऐसा लगता है कि मेरी त्वचा के अंदर थ्रेड रह गया है.

दीप्ति, *मुंबई*

ज चेहरे को नई आभा देने में थ्रेड लिफ़्ट की सीमित भूमिका होती है. थ्रेड लिफ़्ट के नतीजे के प्रति लोगों में जो शुरुआती उत्सुकता थी वो ख़त्म हो चुकी है. इस प्रक्रिया के नतीजे आशानुरूप नहीं मिले हैं, विशेषकर भारत में क्योंकि यहां लोगों की त्वचा मोटी होती है. मैं इस प्रक्रिया का इस्तेमाल उस समय अंतिम विकल्प के रूप में करता हूं जब मरीज की त्वचा सर्जरी के लिए उपयुक्त नहीं होती. स्वाभाविक आभा के लिए इस प्रक्रिया के बाद ही मिनी फ़ेस लिफ़्ट किया जाता है और थ्रेड को बाहर निकाला जाता है.

यदि आपके पास कॉस्मेटिक सर्जरी से जुड़ा कोई सवाल है तो डॉ मोहन थॉमस को लिखें. अपना सवाल femina@wwm.co.in पर भेजें.
इस पृष्ठ पर छपनेवाली चिकित्सीय सूचना के बारे में फ़ेमिना की कोई जवाबदारी नहीं होगी