"मैं 26 वर्षीय महिला हूं. मेरी लंबाई 5''2' और वज़न 118 किलो है. मैं बैरिएट्रिक सर्जरी कराना चाहती हूं. सर्जरी के बाद ढीली त्वचा को कैसे ठीक किया जा सकता है?"

यामिनी कौशिक, *कोलकाता*

बैरिएट्रिक सर्जरी कराने का आपका निर्णय एकदम सही है, क्योंकि आपका बीएमआई बहुत अधिक है. मैं ऐसा मानकर चल रहा हूं कि आपने सर्जरी के पहले किए जानेवाली सभी चेक-अप्स व अन्य प्रक्रियाएं पूरी कर ली होंगी. बैरिएट्रिक सर्जरी या अन्य किसी माध्यम से कम समय में ज़रूरत से ज़्यादा वज़न कम होने को डिफ़्लेशन सिंड्रोम के नाम से जाना जाता है. ऐसी स्थिति में त्वचा ढीली होती जाती है. सर्जरी कराए बिना पहले की तरह सुडौल हुआ शरीर पाने की कल्पना करना अव्यवहारिक होगा. बैरिएट्रिक सर्जरी के बाद बॉडी कन्टूरिंग के लिए कोई भी नॉन सर्जिकल विकल्प उपलब्ध नहीं है. आपको इसके लिए सर्जिकल ट्रीटमेंट का सहारा ही लेना ही पड़ेगा. वज़न कम होने के बाद ढीली त्वचा व अन्य समस्याओं से छुटकारा पाने के लिए आपको करेक्टिव सर्जरीज़ करानी पड़ेंगी.

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

मैं 68 वर्षीय सेहतमंद पुरुष हूं. मुझे और मेरी पत्नी को आपका कॉलम बहुत पसंद है. मैं यह जानना चाहता हूं कि चेहरे पर बढ़ते उम्र के प्रभाव को कम करने के लिए क्या विकल्प उपलब्ध हैं?

अतुल परांजपे, *पुणे*

इसमें कोई शक़ नहीं है कि हर व्यक्ति चेहरे पर बढ़ती उम्र के प्रभाव को कम करना चाहता है. बढ़ती उम्र के साथ चेहरे पर आनेवाले बदलाव प्रमुख रूप से अत्यधिक मात्रा में वॉल्यूम की कमी, त्वचा के ढीले होने और अन्य ग्रेविटेशनल कारणों से होता है. यह बताने की भी ज़रूरत नहीं है कि उम्र बढ़ने के साथ फ़ेशियल बोन स्ट्रक्चर में भी बदलाव आता है. सामान्यत: इस समस्या से छुटकारा पाने और चेहरे पर उम्र के निशां को घटाने के लिए सर्जिकल विकल्पों का ही सहारा लेना पड़ता है. चेहरे के अलावा, आंख और गले के आस-पास के हिस्से पर उम्र के प्रभाव को घटाने के लिए भी सर्जिकल विकल्प मौजूद हैं. नॉन सर्जिकल तरीक़े, जैसे- फ़िलर्स की मदद से भी चेहरे पर उम्र के प्रभाव को कम किया जा सकता है. इसके अंतर्गत फ़ेस स्ट्रक्चर को सुधारने के लिए चेहरे के विशेष हिस्सों पर फ़िलर्स इंजेक्ट किए जाते हैं. इस प्रक्रिया में सिर्फ़ एक ही कमी होती है. इसे कराने के बाद हर 10 से 18 महीने में टच अप कराना पड़ता है. सर्जिकल और नॉन सर्जिकल के बीच का विकल्प है फ़ैट ग्राफ़्टिंग, लेकिन यह कुशल और अनुभवी सर्जन से ही कराना चाहिए. इस बारे में विस्तृत जानकारी के लिए कृपया आप अपने चेहरे की फ़ोटो भेजें या मुझसे व्यक्तिगत तौर पर आकर मिलें.

मैं इवेंट मैनेजमेंट कंपनी में काम करता हूं. काम के सिलसिले में मैं अक्सर ग्लैमरस लोगों से मिलता रहता हूं. चूंकि मुझे अपनी नाक का आकार पसंद नहीं था इसलिए मैंने पांच साल पहले राइनोप्लास्टी सर्जरी कराई थी. उसके बाद मैं दो बार राइनोप्लास्टी करा चुका हूं. अंतिम राइनोप्लास्टी मैंने पिछले साल कराई थी. साइड से देखने पर न सिर्फ़ मेरी नाक बेडौल दिखती है, बल्कि मेरी ठोड़ी भी नज़र नहीं आती. मैं कभी-कभी शीशे के सामने खड़ा होकर जबड़े को थोड़ा आगे निकालते हुए पोज़ देता हूं तो उस समय मुझे अपना चेहरा अच्छा लगता है. क्या मुझे फिर से सर्जरी करानी चाहिए?

एन डिसूज़ा, *बैंगलोर*

नाक को शेप में लाने के लिए राइनोप्लोस्टी दुनियाभर में की जानेवाली सबसे लोकप्रिय सर्जरी है. चूंकि नाक चेहरे के बीच में होती है, इसलिए सबका ध्यान इसकी ओर आसानी से जाता है. यही कारण है कि लोग अपनी नाक को लेकर बहुत सजग रहते हैं. चेहरे का आकार सही नज़र आने के लिए माथा, नाक और ठोढ़ी के बीच संतुलन होना बहुत ज़रूरी है. आपके द्वारा दिए गए विवरण से प्रतीत होता है कि आपकी ठोड़ी बहुत छोटी है. यही वजह है कि आपकी नाक ज़्यादा बड़ी नज़र आती है. एक ज़िम्मेदार सर्जन होने के कारण मैं आपको सर्जरी कराने की सलाह नहीं देता सकता. वैसे यह आपका व्यक्तिगत निर्णय है, लेकिन फिर से सर्जरी कराने से पहले अच्छी तरह सोच-विचार कीजिए, क्योंकि मुझे लगता है कि आंप अपनी नाक को लेकर ज़रूरत से ज़्यादा सजग हैं. मेरे अनुसार सही सलाह के लिए आप किसी अच्छे सर्जन से मिलें या फिर मुझे अपने चेहरे की सामने, साइड, ऊपर और नीचे से खींचे हुए फ़ोटोग्राफ़्स भेजें, ताकि आपका मार्गदर्शन कर सकूं. •

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