

# VYTOUŽENÝ PEKÁČ BUCHET

Touhou mnohého muže je krásně vypracované břicho. Získat ho ale je náročná a zdlouhavá záležitost. Nebo ho lze získat během jednoho zákroku.

Hana Profousová, Foto: OB Care klinika

**O** svých dojmech z liposukce břicha se s námi podělil Jan, který se právě takovým břichem může pyšnit. Nebylo to ale úplně zadarmo – a nemáme na mysli jen peníze. Zákroku předcházela úprava životního stylu.

## Proč jste se pro liposukci rozhodl?

Od dětství sportuji, dělal jsem karate, jezdil na skateboardu, na kole a po dvaceti šesti letech se mi začal ukládat tuk na břicho víc než jinde. Změnil jsem stravování a začal chodit, pravidelně běhat a po pěti letech, kdy moje postava vypadala podle mých představ, tak jediné, co se neměnilo, bylo břicho. Přišlo mi to demotivující, ale pro liposukci jsem se rozhodl až ve třiceti osmi letech.

## Měl jste před zákrokem strach?

Dneska vlastně nechápu, proč jsem ho nepodstoupil dřív. Spíš jsem si říkal, že se toho tuku musím zbavit sportem a zdravou stravou, ale po konzultaci s MUDr. Martinem Skálou jsem zjistil, že k tomu mám prostě dispozice a tělesný tuk se mi ukládá do spodní části břicha více než ostatním.

## Byl jste o jeho průběhu předem informovaný, nebo vás na sále něco překvapilo?

Byl jsem informovaný od doktora Skály do posledního detailu, navíc mají zákroky moc hezky popsané na svém webu nebo facebooku, kde nyní rád sleduji novinky.

## Jak zákrok probíhal?

Při zákroku spíte a po probuzení už máte nachystané jídlo. Ale vážně, nebylo to nic komplikovaného, nic mě nebolelo... Jediné, co dostanete, je elastická bandáž a ta byla pro mě horší než celá liposukce.



## STAV PO DVOU MĚSÍCÍCH



## Kolik tuku vám plastický chirurg odsál?

Bylo toho šest set mililitrů. Bylo mi řečeno, že více jak tři litry by se stejně neměly odsávat během jedné operace.

## Jak probíhala vaše rekonvalescence?

**Jak dlouho jste nosil elastické prádlo?** Popravdě, nebyl jsem vzorný: nosil jsem ho čtrnáct dní v kuse, ale jelikož jsem odjel do Asie, kde bylo vedro, nešlo pás nosit. Také jsem si chtěl zaplavat a zaběhat. Ovšem nemá se to.

## Jste s výsledkem spokojený?

Ano, rád cvičím, tak mám konečně vidět pekáč buchet po tréninku, a to je příjemné...

## Změnil jste teď nějak životní styl?

Pořád piju víno, tam se to nezmění, a zdravě jsem jedl vždycky, mám jeden den v týdnu, kdy si dovoším cokoliv, ale jinak sportuji. Pokud by se mi měla oblast břicha opět zhoršit, tak klidně podstoupím liposukci znovu a za třicet minut bude můj problém vyřešený. Doporučuju všem, co mají problémy jen s určitou partií. Pro celkovou obezitu to ale není.