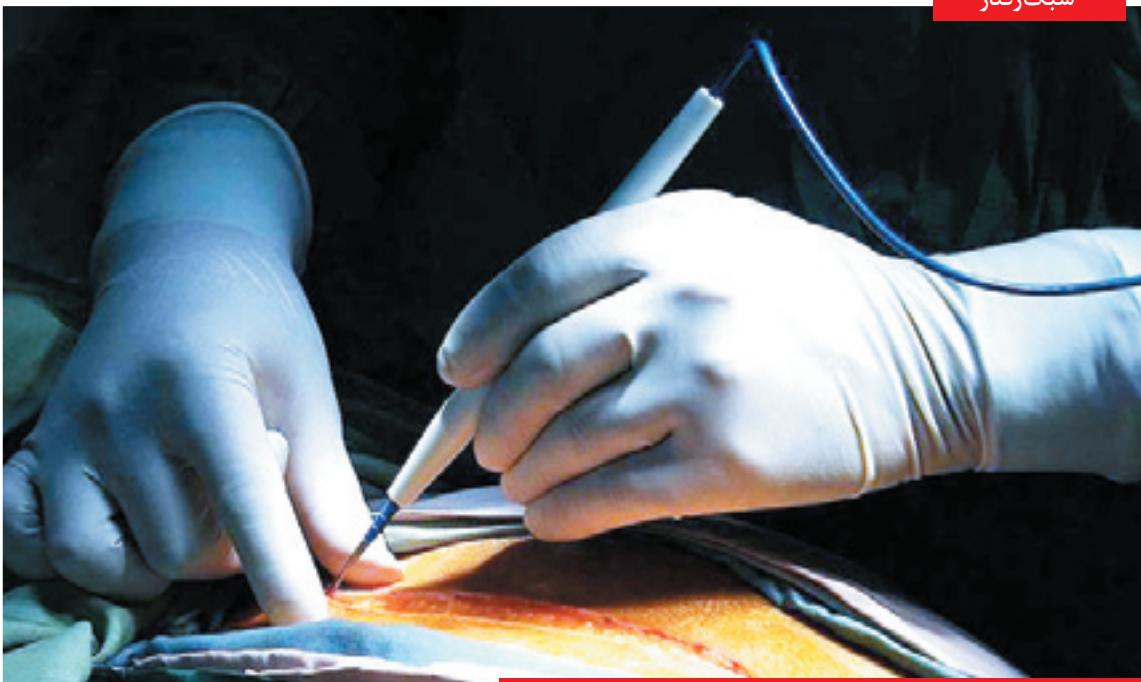


سبک رفتار



تغییر دکوراسیون اندام در آستانه سال جدید

# بکش ولی قشنگم کن!

## میرم ترایی

ساعت ۱۱ شب است. صدای زنگ تلفن منزل به صدا در می‌آید. نمی‌دانم چرا نگرانم! هر اسنان تلفن را جواب می‌دهم. فقط صدای دوستم را می‌شنوم که با فریاد و شیون می‌گوید: «میرم مرد. میرم مرد.» گیج و وحشتزده از دوست گریانم می‌خواهم آرام باشم و به من بگوید چه شده است ولی او نمی‌تواند گریه خود را کنترل کند و با همان صدای گریان می‌گوید: «میرم زیر عمل مرد. میرم رفت. میرم بچه‌هایش را یتیم کرد و رفت» و من از اضطراب و در بهت و ناباوری فقط اشک می‌ریزم. میرم دوست مشترک ما تصمیم می‌گیرد برای سال جدید نه تنها دکور منزل خود را تغییر دهد، بلکه هیکل و اندام خود را نیز برای عید تغییراتی بدهد و آن را اقلیمی‌باری کند. مر می‌می که به قدری لاغر بود که اصلاً نیازی به باری‌شدن نداشت ولی به گفته خودش هنوز کمی چربی اضافه در شکم داشت که دیگر با رژیم آن بین نمی‌رود، پس بهترین راه این است که در مطب یکی از متخصصان زیبایی چربی کم را نیز خارج کند و برای عید هیکل باری برای خود بسازد. هر چه به او گفتیم: «هیکل تو هیچ نیازی به عمل ندارد، خودت را به دردسر نینداز!» گوش شنوایی نداشت و به قول معروف «مرغش یک پا داشت». در نهایت قرار می‌شود خانم دکتری که در مطب یکی از متخصصان زیبایی در تهران کار زیبایی انجام می‌دهد، عمل لیپوسولج را که یکی از ابتدایی‌ترین عمل‌هایی از این دست است را برای او در شهرستان انجام دهد. جلاچرا شهرستان؟ مگر تهران کم مراکز تخصصی زیبایی دارد که در مریم باید به شهرستان برای عمل جراحی برود؟ گوش شنوایی نداشت و به قول معروف اینچنین عملی را در تهران و در مطب این آقای دکتر متخصص زیبایی انجام دهد درصی از مبلغ عمل را باید به آقای دکتر پرداخت کند. پس پارام کزن هم مراب، ما مریم متمول و پولداری که اصلاً در قید و بند خرج کردن پول‌های بیشمار خود نبود، او را قانع می‌کند که به شهرستان رفته و در مطب خود او این عمل را انجام دهد. روز موعود میرم به همراه برادر خود راهی شهرستان می‌شود، راهی که دیگر بازگشتی برای او ندارد. خانم دکتر قسمی را به او می‌دهد تا بخوابد. گویا این عمل که آسمش پیداست بسیار سطحی است و فقط با یک خواب عمیق و در مدت زمان ۲۰ دقیقه الی نیم ساعت انجام می‌شود. ساعت‌ها از زمان قرار بایبانی عمل می‌گذرد ولی درهای مطب به روی برادر نگران میرم باز نمی‌شود. صدای آژیر آمبولانس، حرکت‌های سریع دکتر اورژانس، دستگاه‌های پی‌آر، شوک، تلاش دکتر اورژانس برای احیای و در نهایت اعلام ساعت مرگ. پزشکی قانونی علت مرگ را پارگی دیافراگم و ادم ریه اعلام می‌کند. پایان دردناک باری‌شدن میرم و چشمان به خون نشسته برادر. این سرگذشت واقعی میرم دوست من و تمام افرادی مانند میرم است که به دلیل کمبودهایی که در وجود خود یا در زندگی خود دارند دست به کارهایی می‌زنند که به قیمت از دست دادن جانشان تمام می‌شود. میرم جان، عیدم غم‌انگیزی را برای دو فرزندت رقم زد!

## ایران، پرچمدار عمل‌های زیبایی

در سال‌های اخیر بسیاری از ما در محافل و مهمانی‌های دوست و آشناهای خود که شرکت می‌کنیم بیشترین صحبت‌ها حول محور رژیم‌های لاغری و جراحی‌های زیبایی و از این دست موضوعات می‌چرخد. از عمل ساکشن یا جراحی بینی فلان خانم حرف می‌زنند و یادگیری را در بسیاری از موارد ترغیب به انجام این عمل‌ها می‌کنند. کار به جایی رسیده است که قشر جوان کم سن و سال جامعه که کمی چاق هستند به جای رژیم غذایی و ورزش به سریع‌ترین راه برای کاهش وزن و لاغر شدن فکر می‌کنند و دست به عمل‌های ساکشن

شکم و پهلو یا باپیس معده می‌زنند که در هر کدام از این عمل‌ها ریسک آمبولی و مرگ بالاست. طبق آمارها بیشترین عمل‌های زیبایی در ایران و در بین افراد عادی جامعه انجام می‌شود. در حالی‌که در کشورهای اروپایی یا امریکایی عمل‌های زیبایی تنها مختص قشر خاصی از جامعه است. در آن کشورها هنر پیشه‌ها، خواننده‌ها و افراد بالای ۵۰ سال بیشترین جراحی‌های زیبایی را انجام می‌دهند و افراد عادی جامعه اصلاً به عمل‌های زیبایی فکر نمی‌کنند. البته یکی از دلایل آن هزینه بالای این عمل‌هاست اما در مجموع کمتر کسی به فکر عمل زیبایی می‌افتد. اما در ایران عمل‌های زیبایی در بین افرادی عادی و معمولی جامعه بیشتر طرفدار دارد و به ترتیب عمل‌های بینی، شکم و ساکشن‌ها مورد زبانی دارد و آمار مرگ‌ومیر نیز در این سه عمل برطرف‌دار بسیار بالاست. به راستی چرا افراد جامعه امروزی ما تا این حد درگیر ظاهر و هر چه زیباتر نشان دادن خود هستند؟ دکتر تقوی روانپزشک یکی از دلایل گرایش جامعه امروزی به عمل‌های جراحی زیبایی را در تغییر مسیر جامعه به شکل سنتی از زیبایی داشته، تغییر یافته است. گذشته‌ایم و به زیبایی‌های ظاهری توجه بیشتری داریم و در واقع از سیرت به سمت صورت حرکت کرده‌ام و این نیز هیچ ارتباطی به جنسیت ندارد. در حال حاضر مردان هم زیبایی‌خود را معطوف به عمل‌های زیبایی می‌دانند.»

او می‌افزاید: «به خاطر انتقال فرهنگی که از طریق شبکه‌های ماهواره‌ای صورت گرفته است آن تعریفی که جامعه به شکل سنتی از زیبایی داشته، تغییر یافته است. اکنون مدل زیبایی ما مدل اروپایی‌هاست. اروپایی‌ها چون به‌طور کلی آن چهره و ظاهر را دارند زیاد به چهره و بدن خود کاری ندارند ولی چون ما می‌خواهیم شبیه آنها باشیم پس دست به عمل‌های زیبایی می‌زنیم، بنابراین به دلیل تغییر نمادهای زیبایی در فرهنگ ما عمل‌های جراحی زیبایی شدت گرفته است.»

این روانپزشک می‌گوید: «ز منظر روانشناسی موضوعی عمر ز زیبایی چهره فقط چند صباحی برای کسانی که با آنها زندگی می‌کنیم یا در ارتباط هستیم دوام دارد. چرا برای چهره‌ای که بعد از گذشت زمان کوتاهی تکراری و عادی می‌شود خطر مرگ و عوارض جراحی را به جان می‌خریم. چه نازیباست فرد زبیا و قشنگی که پوشش رفتاری و اخلاقی زشت و نازیبایی دارد. رفتار و اخلاق و گفتار بهترین پوشش برای انسان است که گویا در این بازار هیجانی خریداری ندارد

که مردم و جامعه را تهدید می‌کند این است که شاخص‌های جذابیت از اخلاقیات، فرهنگ و هیجانی تغییر یافته و صرفاً به شاخص‌های جسمی معطوف شده‌اند و معمولاً این شاخص‌های جسمی بار جنسی نیز به همراه دارد. یعنی مقداری از این جذابیت‌ها به شکل جسمی - جنسی هستند نه صرفاً جسمی. به عبارتی دیگر در این عمل‌های زیبایی فرد تنها به دنبال زیبایی دست به عمل جراحی نمی‌زند بلکه به دنبال تحریک‌های جنسی هم هست. البته یک مقدار از این عمل‌های زیبایی هم مربوط به غلبه فرهنگ است. به این معنی که چون عده زیادی این عمل را انجام می‌دهند ما هم دوست داریم این کار را انجام بدهیم و دوست داریم هم رنگ جماعت باشیم.»

او اپیدمی شدن عمل‌های زیبایی در جامعه را سهل‌الوصول بودن و ارزان بودن این عمل‌ها می‌داند و می‌گوید: «۱۰ سال پیش عمل‌های زیبایی به شکل امروزی ارزان و در دسترس نبود اما در حال حاضر خیلی از متخصصان بنا به شرایط مختلف این خدمات را ارائه و در دسترس قرار می‌دهند.»

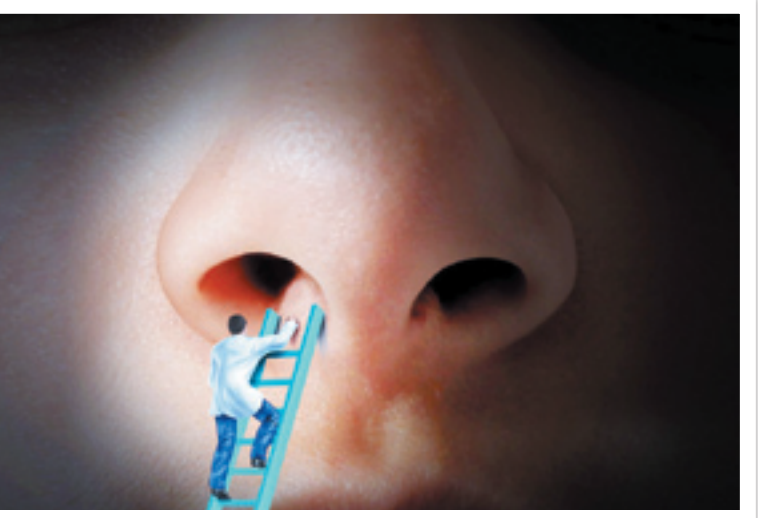
## عمل‌های زیبایی و ضعف شخصیتی

تب تند جراحی‌های پلاستیک و زیبایی بیش از هر زمان دیگر جامعه را فرا گرفته است. عمل‌های زیبایی یا همان زیبایی‌های مرگبار در حالی که گریبان‌جامعه به ویژه جوانان زیر ۲۰ سال را فرا گرفته است که درصد بالایی از این مراجعین به مراکز زیبایی اصلاً نیازی به جراحی ندارند و تنها به دلایل شخصیتی دست به این عمل‌ها می‌زنند. در واقع جراحی‌های پلاستیک تنها مختص افرادی است که از نظر ظاهری دچار مشکلات بسیاری هستند و با جراحی‌های پلاستیک برای رفع نواقص ظاهری خود اقدام می‌کنند. در حالی‌که امروزه افراد یا به دلایل خود زشت‌پنداری یا خود شیفتگی یا ضعف‌های شخصیتی دیگر، ریسک تیغ جراحی را به جان خود می‌خرند.

این روانشناس معتقد است: «جراحی‌های زیبایی به دو دسته تقسیم می‌شوند؛ یک دسته عمل‌هایی است که ترمیمی است و برای برطرف نمودن یک مشکل فیزیکی انجام می‌شود و دسته دیگر جراحی‌هایی است که برای هر چه زیباتر شدن صورت می‌گیرد. اما واقعیت این است که عده زیادی از افراد جامعه مورد ترمیمی ندارند و فقط عمل زیبایی را با انگیزه زیباتر شدن انجام می‌دهند.»

افرادی که بیشتر به سمت جراحی‌های زیبایی می‌روند یا بسیار خودشیفته هستند یا از اعتماد به نفس پایینی برخوردارند. آنها با انجام عمل‌های زیبایی در واقع می‌خواهند اعتماد به نفس نداشته خود را به دست بیاورند و در اجتماع حضور بهتر و بیشتری داشته باشند. عداها هم وجود دارند که از بیماری وسواس رنج می‌برند و مرتب خود را جلوی آینه برانداز می‌کنند و از صورت و اندام خود ناراضی هستند، پس مرتب به تیغ ریز جراحی می‌روند.

این متخصص می‌گوید: «ما یک طیف شخصیتی هیجانی داریم که چهار گروه در این طیف قرار می‌گیرند



## تب تند جراحی‌های پلاستیک و فراگرفته است. عمل‌های زیبایی در حالی که گریبان افراد جامعه به ویژه جوانان زیر ۲۰ سال را فرا گرفته است که درصد بالایی از این مراجعین به مراکز زیبایی اصلاً نیازی به جراحی ندارند و تنها به دلایل شخصیتی دست به این عمل‌ها می‌زنند. در حالی که امروزه افراد یا به دلایل خود زشت‌پنداری یا خود شیفتگی یا ضعف‌های شخصیتی دیگر، ریسک تیغ جراحی را به جان خود می‌خرند

این گروه از افراد عبارتند از: شخصیت‌های خودشیفته، شخصیت‌های نمایشی، شخصیت‌های لب مرزی و شخصیت‌های ضد اجتماعی که از این چهار گروه دو مورد به شدت چهره و ظاهر برایشان اهمیت دارد و مهم است. این دو گروه یکی شخصیت‌های خودشیفته و دیگری شخصیت‌های نمایشی است. اما جالب است بدانید که اگر وسواس در این مورد وجود داشته باشد مثلاً فرد چهار بار عمل زیبایی بینی انجام دهد یا سه بار پروتز کند، این دیگر طیف شخصیتی محسوب نمی‌شود بلکه باید از جنبه اختلالات شخصیتی و به عنوان یک بیمار روانی مورد بررسی و درمان قرار گیرد.»

## من خود را دوست دارم

دکتر تقوی راه چاره برای درمان اپیدمی که گریبان جامعه را گرفته است، این می‌داند: «ما یک اصطلاحی در روانشناسی داریم به معنای پذیرش. توجه داشته باشیم که پذیرش به معنای تسلیم نیست بلکه به این معناست که من وضعیت موجود را می‌پذیرم و می‌توانم وضعیت‌های جایگزین را هم بپذیرم. اما تسلیم به این وضعیت‌ها هم ترمیمی و به معنای پذیرش نیست. جایگزینی هم ندارم. اگر بخواهیم هر از چند گاهی به شکل یکی تغییر چهره بدهیم این هم به جسم ما آسیب وارد می‌کند که در گزارش‌های مرگ و میر قابل مشاهده است و هم از نظر اجتماعی و اقتصادی به دردسرها می‌افتد. افراد باید خودشان را دوست داشته باشند. کسی که خودش را دوست دارد دنبال این موارد نیست و با خودش کلنجار نمی‌رود. هر چقدر «خود دوست داری» نه «خودشیفتگی» زیاد باشد راحت‌تر با خودمان کنار می‌آییم و دنبال عمل‌های مختلف زیبایی نمی‌رویم. بهترین راه‌حل و درمان برای این افراد «خودباوری» است و اینکه ظاهر خود را بپذیرند و به آن بیاندازند. مهم‌تر از آن به زیبایی رفتار و درونی خود فکر کنند.»

## و حرف آخر...

از زمانی که سبک زندگی جامعه دچار تغییراتی شده بسیاری از زوایا و نگرش‌های افراد نیز تغییر کرده است. وقتی ملاک زیبایی از زیبایی اخلاقی و رفتاری تغییر جهت داده و تنها به زیبایی چهره خلاصه می‌شود باید منتظر اتفاقات دیگری نیز در جامعه باشیم. وقتی مفهوم جراحی پلاستیک از قالب درمانی و ترمیمی خود خارج می‌شود باید منتظر بالا رفتن آمار مرگ‌ومیرهای این نوع جراحی‌ها باشیم. وقتی آفت چشم و هم‌چشمی بالای جان خانواده‌ها می‌شود باید شاهد افزایش روزافزون عمل‌های زیبایی باشیم. افزایش خانم‌ها که آقایانی که به طول طبیعی زیبا هستند اما به دلایلی مثل عدم اعتماد به نفس، خودشیفتگی، وسواس و چشم و هم‌چشمی و دلایل دیگر، دست به جراحی زیبایی می‌زنند می‌تواند مارتی‌تهدید می‌کند. افرادی که حاضرند تا مرگ بروند ولی به زعم خودشان قشنگ‌تر شوند.

عمر زیبایی چهره فقط چند صباحی برای کسانی که با آنها زندگی می‌کنیم یا در ارتباط هستیم دوام دارد. چرا برای چهره‌ای که بعد از گذشت زمان کوتاهی تکراری و عادی می‌شود خطر مرگ و عوارض جراحی را به جان می‌خریم. چه نازیباست فرد زبیا و قشنگی که پوشش رفتاری و اخلاقی زشت و نازیبایی دارد. رفتار و اخلاق و گفتار بهترین پوشش برای انسان است که گویا در این بازار هیجانی خریداری ندارد.

شب عید است و همه در تکاپوی خانه‌تکانی و تغییر و تحولات ظاهر زندگی خود هستند. چه بسیار افرادی که در کنار این تغییرات زندگی، ظاهر خود را نیز تکانی می‌دهند یا حتی برای تغییر دکوراسیون اساسی اندام و چهره خود اقدام می‌کنند تا با چهره جدید به استقبال سال جدید بروند. مریم ما هم قصد داشت در سال جدید اندام باری خود را به رخ دوست و آشناها بکشد، اما آن اندام میهمان همیشگی خاک شد و عید را برای خانواده و دوستان خود به عزا تبدیل کرد.

کاش نگرش خود را نسبت به زیبایی تغییر نمی‌دادیم و مانند گذشته اخلاق و رفتار مناسب ملاک زیبایی بود. کاش خود را به هر شکل و ظاهری که هستیم باور کنیم و بازی‌ای کاش باور کنیم که هیچ‌کدام بی‌نقص نیستیم، مهم این است که در روابطمان بی‌نقص نباشیم.

## سبک مراقبت

هشدارهایی جدی به متقاضیان جراحی زیبایی

## تیغ ناآگاهی بر اندام خود نکشید

بیرون‌زدگی اشکی چشم، عدم قدرت کافی در تاندون‌های اصلی پلک، بالانس عضلات چشم، دید چشم و به خصوص سطح کره چشم از نظر کیفیت اشکی، مورد بررسی قرار گیرد تا عارضه‌های متوجه سلامت چشم فرد نباشد. به گفته وی، انجام کار زیبایی در بخش فوقانی و میانی صورت بدون معاینه چشم‌ها، می‌تواند با عوارضی همچون «نابینایی» و «دوبینی» همراه باشد. بهمنی همچنین به بروز خشکی شدید قرنیه و زخم قرنیه به عنوان دیگر عوارض جراحی زیبایی صورت قبل از معاینه چشم اشاره کرد و افزود: معاینه دقیق چشم قبل از عمل زیبایی صورت، می‌تواند از عارضه‌های چشمی جلوگیری کند یا منجر به درمان شود. به گفته وی، بخش فوقانی و میانی صورت از نقطه‌ای که موهای سر رشد می‌کند تا جایی که پره بینی هست، شامل می‌شود. این پزشک، انجام معاینه چشم قبل از عمل زیبایی صورت را مهم برشمرد و افزود: مشاوره چشمی به جراح می‌دهد و از عوارض بینایی جلوگیری می‌کند. ضمن اینکه می‌تواند عملکرد بینایی فرد نیز بهتر شود. بنابراین، توصیه ما این است که قبل از انجام کارهای جراحی و غیر جراحی روی قسمت فوقانی و میانی صورت، حتماً با چشم پزشک مشورت شود.

## خطرات بی‌شمار در جراحی شکم

به گفته یکی از اعضای انجمن جراحان پلاستیک ایران، انجام جراحی زیبایی شکم برای بیماران عوارض مخرب و در اغلب موارد حیران‌ناپذیری را به دنبال دارد. دکتر نجات حسینی در گفت‌وگو با ایرنا با اشاره به اینکه شکم دارنده بهترین راهکار‌هایی از این معضل را جراحی زیبایی شکم می‌داند، افزود: تحقیقات انجام شده بیانگر آن است که جراحی زیبایی شکم و انجام مستمر این کار سلامت فرد را با خطر جدی مواجه می‌کند. وی می‌گوید: بسیاری از مبتلایان به چاقی به جای استفاده از روش‌های مناسب غذایی و انجام فعالیت‌های ورزشی به این نوع راهکار متوسل می‌شوند. حسینی تصریح می‌کند: عواملی مانند زنتیک و محیط بر چاقی افراد تأثیر گذار است و معمولاً این روند با الگوی غذایی نامناسب از قبیل



بر خوری‌های زیاد، زمینه بیشتر این معضل به ویژه چاقی در ناحیه شکم را به دنبال دارد. وی اظهار می‌دارد: هم‌اکنون سه نوع عمل جراحی پلاستیک شکم ابدو مینوپلاستی (تامی‌تاک)، لیپوساکشن (خارج کردن چربی زیر پوستی) یا ترکیب این دو روش استفاده می‌شود که اگر چه به ظاهر موفقیت‌آمیز بوده و موجبات رضایت فرد را فراهم کند اما عوارضی را به دنبال دارد. این نوع تخصص جراحی پلاستیک عفونت، تجمع مایع، از دست دادن پوست و درد و تورم یاها را از جمله عوارض جراحی زیبایی شکم می‌داند. مایع، از دست دادن پوست و درد و تورم بیان کرده و می‌گوید: بسیاری از متقاضیانی که برای انجام این نوع عمل مراجعه می‌کنند در مورد عواقب و عوارض آن بی‌اطلاع هستند. وی خاطرنشان می‌کند: ورزش و انجام فعالیت‌های ورزشی بهترین راهکار برای کاهش وزن و رفع معضل چاقی است که باید بیش از روش‌های دیگر لاغری از جمله اعمال جراحی مورد توجه قرار گیرد.

## به علامت‌های بی‌توجه نباشید

دکتر علیرضا سودمند در سایت خود به علامت‌های پس از جراحی زیبایی پرداخته و می‌نویسد با دیدن ۱۰ علامت هشدار پس از جراحی باید با جراحان تماس بگیرید: ۱- اگر تورم یا کبودیتان در حال افزایش باشد. ۲- اگر افزایش قرمزی در برش جراحی‌تان داشته باشید. ۳- اگر درد شدید یا افزایش یابنده داشته باشید که به داروهای تجویز شده پاسخ ندهد. ۴- اگر دچار واکنش دارویی یا عدم تحمل آنها شده باشید. ۵- اگر درجه حرارت دهانی بالای ۳۸ درجه داشته باشید. ۶- اگر ترشح بدبو یا زرد رنگ از خلال زخم‌تان خارج شود. ۷- اگر خونریزی از خلال زخم‌تان داشته باشید که به فشار یا بانسمن پاسخ نمی‌دهد. ۸- اگر احساس بی‌حالی و ضعف شدید می‌کنید. ۹- چنانچه احساس تنگی نفس، درد قفسه سینه، یا ضربان قلبی غیر طبیعی نمودید، سریعاً به پزشک مراجعه کنید.



طبق آمار منتشر شده، جراحی زیبایی بینی پرتعدادترین جراحی پلاستیک بین افراد زیر ۲۱ سال محسوب می‌شود. بی‌شک در این خصوص باید احتیاط لازم را لحاظ کرد. در واقع این جراحی فقط باید در صورتی انجام شود که فرد کاندیدای مناسبی برای جراحی پلاستیک باشد.

مثل هر نوع عمل جراحی دیگر، جراحی زیبایی بینی هم خطرات و پیچیدگی‌های خود را دارد

## چشم‌ها پتان را بی‌محابا به دست جراح نسپارید

اخیراً دبیر علمی انجمن جراحان پلاستیک و ترمیمی چشم ایران، بر الزام معاینه چشم قبل از انجام اعمال جراحی و غیر جراحی زیبایی صورت تأکید کرد و گفت بود: این معاینه و بررسی می‌تواند از بروز عوارض چشمی پیشگیری کند. دکتر محسن بهمنی کنگولی در هشدار که در خبرگزاری مهر منتشر شده بود، اظهار داشت: با توجه به حساسیت چشم، معاینه قبل از جراحی زیبایی در اطراف چشم، ضروری است. وی با تأکید بر اینکه هر گونه کار جراحی روی بخش فوقانی و میانی صورت بر عملکرد چشم تأثیر گذار است، تصریح کرد: توصیه اکید ما به متخصصین مختلف که روی صورت کار می‌کنند، این است که قبل از انجام کار، حتماً بیمارشان را به چشم پزشک ارجاع بدهند. این متخصص‌ها با توجه به حساسیت‌هایی که چشم دارد، افزود: چشم افراد متقاضی زیبایی بخش فوقانی و میانی صورت می‌بایست به لحاظ خشکی چشم، عدم کارایی غده اشکی،