

Na veľkosti záleží

Čo je malé, to je milé. A keď je to veľké, sexi džínsy ostanú ležať v šatníku, bicykel v pivnici a žena sama v posteli.

TEXT Lenka Štefánková
FOTO Shutterstock

Naši odborníci



► MUDr. MARTIN BOHÁČ, PhD., MHA, plastický chirurg



► MUDr. MATEJ BÖHMER gynekológ

Pred štyrmi rokmi si Diana (32) všimla, že sa s ňou niečo deje. „Bolo to po sprchovaní, keď som stála nahá pred zrkadlom. Videla som, že niečo nie je v poriadku,“ prezrádza žena, ktorá nikdy nerodila, takže sa tam dole nemala prečo zmeniť ako viaceré jej kamarátky. Najviac si to uvedomovala ráno. „Keďže spávam bez nohavičiek, po zobudení som mala malé pysky vždy vonku. Silný fajčiar si dá po zobudení cigaretu, ja som si rýchlym manévrom prekryla malé pysky veľkými. Bolo to také zautomatizované, že som si to ani neuvedomovala. To isté som robila po každej malej potrebe. Ak by som to nespravila, v rifliah by ma tlačili.“ Pysky jej vyliezali aj v plavkách, ale cez napnutú látku to nebolo až tak vidno. No ako na to čoraz častejšie myslela, cítila sa neprijemne v športových legínsach a pri sexe, keď ju to navyše bolelo. Začala uvažovať, že si ich dá upraviť.

Citlivá vec

Posledná kvapka bol rozchod s dlhodobým partnerom. „O probléme vedel a nemal

ZAPLATIA VÁM JU?

Operáciu vám môže zaplatiť zdravotná poisťovňa, ak uzná, že vám zväčšené pysky spôsobujú závažné zdravotné ťažkosti. Okrem odporúčenia gynekológa budete vo väčšine prípadov potrebovať posudok revízieho lekára. Zárok si musíte dať spraviť na pracovisku, ktoré má zmluvu s vašou poisťovňou. O termíne schválenej operácie nerozhodujete sami. Ako samoplatkyňa sa pripravte na kompletnú cenu okolo 900 eur.



s tým zásadný problém, ale neodpustil si o mojich pyskoch hlúpe poznámky. Asi to chcel odľahčiť a obrátiť na žart, no nerobilo mi to dobre. Ani po opakovaných upozorneniach so svojím čudným humorom neprestal," zamýšľa sa Diana, ako by sa asi mužom páčili žartíky o ich penise. „Po rozchode som si uvedomila, že budem musieť ísť s kartami von pred niekým novým. Ukázať sa a opäť vysvetľovať... Zrazu som bola oveľa motivovanejšia dať si pysky chirurgicky upraviť. Zverila som sa priateľke, ktorá prešla rekonštrukciou prsníkov kvôli onkologickému ochoreniu. Dala mi mená niekoľkých plastických chirurgov, ktorým dôverovala. Jeden z nich pomohol aj jej kamarátke s rovnakým chúlolistivým problémom, ako bol môj." Nabrala odvahu a zavolała mu.

Encyklopédia pyskov

Najťažšie bolo ísť na osobnú konzultáciu. „Umožniť lekárovi doslova prehrabať sa v mojich pyskoch... A vôbec, vysloviť to: Pán doktor, asi to tam mám nejaké divné, no neviem, či si to namýšľam, alebo som naozaj vhodná kandidátka na operáciu," stresovala. Konzultáciu mala večer o šiestej. „Bola zima, rýchlo sa stmievalo a ja som sa cítila, akoby som išla vykradnúť banku. Dúfala som, že v nemocnici nestretnem nikoho známeho. Našťastie, nikto tam nebol," vydýchla si Diana, ktorá v zdravotníctve pracuje. Vedela, že nie je prvá, ktorú lekár uvidí, ale ani jeho profesionálny pokoj jej zo začiatku nepomohol. „Po pár vyhabkaných vetách, ktoré zo mňa liezli ako z chlpatej deky, položil doktor na stôl niečo ako wikipédiu pyskov. Vtedy mi

..NMH208727107

to začalo pripadať normálne a hanba sa stratila. Ako sme tak prechádzali všemožné tvary pyskov, pochopila som, že podobne ako podozrivé znamienka, tak aj podozrivo zväčšené pysky treba liečiť. Doktor Boháč sa ma opýtal, aká je moja predstava, a ja som len povedala, že ich chcem mať schované," opisuje.

Bolí len injekcia

Pred operáciou sa Diana rozhodla, že si nebude čítať recenzie na internete, aby ju neodradili. „Ale porušila som to v taxíku cestou do nemocnice. A to bola chyba! Ešte viac som sa vystresovala, lebo skúsenosti boli rôzne. Šialene som sa bála, no bolo to

Ten balónik je asi predsa len lepšia voľba ako extra ľadové gélové vrecúška.

LAST minute

- ✈ **Grécko a ostrovy**
8 dní, hotel 3*, All Includ. už od **199 €**
11 dní, hotel 4*, All Includ. už od **349 €**
- ✈ **Turecko • Tunisko**
8 dní, hotel 3*, All Includ. už od **199 €**
11 dní, hotel 5*, ultra AI už od **499 €**
- ✈ **Cyprus**
8 dní, hotel 5*, ultra AI už od **399 €**
11 dní, hotel 4*, All Includ. už od **549 €**
- ✈ **Španielsko • Malorka**
8 dní, hotel 3*, All Includ. už od **239 €**
11 dní, hotel 4*, All Includ. už od **399 €**
- ✈ **Malta**
8 dní, hotel 4*, polp.+ už od **399 €**
- ✈ **Taliansko a ostrovy**
8 dní, hotel 4*, ultra AI už od **339 €**
11 dní, hotel 4*, ultra AI už od **499 €**
- ✈ **Bulharsko
Albánsko • Cierna Hora**
8 dní, hotel 3*, All Includ. už od **199 €**
12 dní, hotel 3*, All Includ. už od **299 €**
- ✈ **SAE - Dubaj**
8 dní, hotel 5*, All Includ. už od **599 €**
- ✈ **Egypt**
8 dní, hotel 5*, ultra AI už od **299 €**
- ✈ **Chorvátsko • Slovinsko**
8 dní, pavilóny 2*, polp. už od **159 €**
8 dní, hotel 3*, All Includ. už od **399 €**

tiptravel.sk
tatratour.sk
02/222 00 400

koala.sk
02/52 96 52 27

seneca.sk
02/52 49 49 46

hechter.sk
037/652 51 54

Od bábätka do prechodu

- Jedným zo znakov donosenosti dievčatka je, že veľké pysky prekrývajú malé. Predčasne narodené dievčatá ich nemajú prekryté.
- V čase puberty možno veľkosť a tvar pyskov ovplyvniť hormonálne zmeny.
- Veľký vplyv na tvar pyskov má prirodzený pôrod. Čím ich je viac, tým väčšia je záťaž na tkanivá pošvy.
- V menopauze sa vplyvom hormonálnych zmien zmenšia vonkajšie veľké pysky a vnútorné viac vystúpia.



Ideálne v lete

Operáciu si načasujte po skončení menštruačného krvácania, aby sa ranky pekne hojili. Zárok sa vykonáva v rámci jednodňovej chirurgie v lokálnej anestézii, po ňom môžete ísť domov. „V pooperačnom období počítajte s bolesťami, opuchom a hematómami, keďže ide o veľmi prekrvené časti tela. Rany sa hoja pomerne rýchlo a bezproblémovo, vyžadujú si desať dní pokoja a v rámci pooperačnej starostlivosti radím zvýšenú hygienu genitálnej oblasti, sprchovanie minimálne trikrát denne. A tiež repikové obklady,“ vymenúva plastický chirurg Martin Boháč. Niektoré ženy dostanú aj antibiotiká a probiotiká. Iné opisujú svoj stav ako po pôrode. Neobsedia a aj chôdza môže byť náročná. „Ak sa dá, neodporúčame nosiť spodnú bielizeň, iba voľné oblečenie,“ hovorí chirurg, prečo je teraz na operáciu ideálny čas. Pohlavný styk je možný 4-5 týždňov po operácii.

V stave sexuálneho vzrušenia sa prekrvia a dvoj- až trojnásobne sa zväčšia.

úplne zbytočné. Po príchode sa ma ujal personál, v šatni som si obliekla nemocničné veci, a sestry ma odviekli na lôžkové oddelenie, kde sa čaká pred operáciou. Dostala som tabletku na upokojenie, o ktorej som bola presvedčená, že mi nezaberie,“ opisuje. Zobudil ju až lekár, že je čas ísť do sály. „Nikdy som sa necitila odvážnejšia. Skrátka, tabletku zabrala a ja som odpochodovala do sály v úplnej pohode. Akoby mi išli merať tlak. Mám pocit, že som si počas celého zákroku spievala Georgea Michaela, ktorého si chirurg pustil pri práci,“ usmieva sa pri spomienke. Jediný moment, ktorý počas operácie vnímala bolestivo, bola injekcia na umŕtvenie pyskov. Ale bola to len chvíľka a „po druhom vpichu som už ďalšie necitila. Až po koniec operácie som necitila vlastne nič“, opisuje zákrok, ktorý netrval ani hodinu.

Extra ľadové

Po zákroku si Diana objednala taxík. „Kamarátka, ktorá ma mala prísť vyzdvihnúť, nemohla odísť z práce. Medzi nohami ma síce chladil balónik s vodou, čerstvo vytiahnutý

z chladničky, ale široké nohavice a dlhá bunda toto tajomstvo zakryli. V taxíku som sedela na pol zadku, ale taxikár si nič nevšimol,“ smeje sa na tom dnes. Doma si niekoľko dní prikladala na operačnú ranu chladiace gélové vrecúška. „Vyhovovali mi viac ako chladené balóniky naplnené studenou vodou, ktoré mi radil doktor. Pysky som mala veľmi opuchnuté, až tak, že som sa bála na ne pozrieť,“ opisuje moment, na ktorý sa treba pripraviť. Bolesť zmiernili lieky. Hoci Diana hovorí, že vzhľadom na opuch to na pohľad nebolo nič pekné, pri močení ju to nebolelo. „Akurát po každej toalete som sa musela osprchovať a ranu opláchnuť dezinfekčným roztokom,“ približuje to, čo nasledovalo. Asi po dvoch týždňoch dostala zápal močového mechúra. „Ten balónik je asi predsa len lepšia voľba ako extra ľadové gélové vrecúška,“ zamýšľa sa dodatočne.

Bez hanby

Idete do toho? Prvých pár dní neoblečiete rifle. O desať dní už dokážete presedieť v práci osem a pol hodiny a po troch

ZDRAVÁ RADA

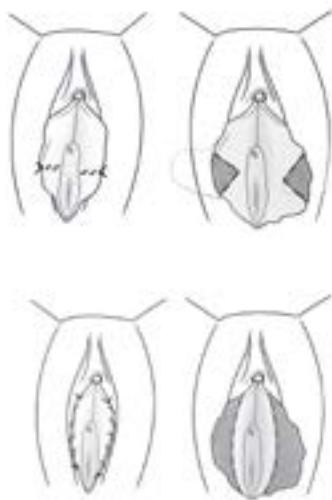
Ak vás sužujú časté mykózy a zápaly, porozprávajte sa s lekárom, či nemôžu stav zhoršovať aj veľké vnútorné pysky, ktoré sťažujú hygienu. Takisto bolestivý sex môže byť následok priveľkých malých pyskov, ktoré prekážajú aj pri behu či plávaní.



týždňoch budete fungovať ako predtým. A každý deň to bude iba lepšie. „Zmenilo mi to sebavedomie. Sex už nemám spojený s bolesťou a hanbou. Neľutujem, že som zákrok podstúpila a radím ho každej žene, ktorá sa pre to trápi. Pysky sú rôzne, inak veľké a tvarované. Ale zväčšené pysky sú aj hygienický problém. Akoby ste mali kaz na zube,“ konštatuje Diana, ktorú vyšiel zákrok na deväťsto eur. Nečakajte však, že vás na možnosť operačnej korekcie pyskov upozorní gynekológ. Ak mu nepoviete, že vám robia problémy v nohavičkách, pri sedení alebo pri pohlavnom styku. „V gynekologických ambulanciách sa s týmto problémom stretávame pomerne zriedka. Zrejme je to spôsobené faktom, že ženy to vnímajú skôr ako estetický problém než zdravotný,“ myslí si gynekológ Matej Böhmer. Priznáva, že v obmedzenom čase nemá lekár vždy čas popri gynekologických problémoch zisťovať, či pacientku ešte niečo trápi.

Malé veľké

Tvar a veľkosť malých pyskov je geneticky daný. „Zväčšiť sa môžu v dôsledku mechanického namáhania, ťaženia, rozmočenia okrajov rany pri pôrode, pohlavným stykom či masturbáciou. Pysky môžu zmeniť tvar aj v dôsledku chronických zápalov pri úniku moču,“ vymenúva gynekológ. Upozorňuje, že pysky sú veľmi citlivé, pretože sa v nich



← **Klinovitá technika:** Chirurg z vystupujúceho polmesiaca odstráni trojuholníkový tvar a obe strany zošije. Využíva sa najmä vtedy, keď sú pysky zväčšené v strednej časti.

← **Pozdĺžna technika:** Lekár zmenší pysky po celej dĺžke. Nie je vhodná pre ženy, ktoré ešte nerodili.

nachádza množstvo nervových zakončení. „Ak sú malé pysky zväčšené, môžu robiť pri styku problémy. V stave sexuálneho vzrušenia sa prekrvia a dvoj- až trojnásobne sa zväčšia,“ vysvetľuje, prečo sú v intímnych chvíľach ešte výraznejšie.

Normálny stav je, keď vonkajšie veľké pysky prekrývajú malé vnútorné. Je to tiež jeden zo znakov donosenosti dievčatka. „Malé pysky zatvárajú pošvový vchod. Ak by bol otvorený, infekcie majú voľnú cestu do tela,“ vysvetľuje chirurg Martin Boháč.

„Ženy často prichádzajú preto, že majú mykózy a zápaly. Sliznično-kožné previsy sa ťažko udržiavajú. Trápi ich mechanické dráždenie v nohavičkách, pri behu, bicyklovaní, plávaní či pri pohlavnom styku,“ vymenúva plastický chirurg príčiny labioplastiky.

Zrkadielko, zrkadielko

Plastický chirurg vie, aké chúlостivé je o probléme hovoriť. „Obyčajne ženám ukážem

fotky, aby videli, aké sú možnosti. Ich predstava však môže byť iná. Najlepšie je vziať zrkadielko, kľaknúť si a vidieť reálny stav. Až potom si vybrať, ako chce vyzerat,“ hovorí Martin Boháč, ktorý ženy netrápi zbytočnými otázkami. Techník zmenšovania je viacero. Pre chirurga je podstatné, či ste už rodili, alebo ešte len plánujete. „Pre ženy, ktoré ešte nerodili, je lepšia klinovitá technika. Po pozdĺžnom zmenšovaní ostane jazva, ktorú môže dieťaťko hlavičkou roztrhnúť. Jazva je vždy menej elastická ako ostatné tkanivo pošvy,“ vysvetľuje Martin Boháč. Zväčšené malé pysky trápi veľa žien, hoci presné štatistiky neexistujú. „Dlho nad tým uvažujú, zisťujú si informácie, až kým nepríde posledná kvapka. Tou sú zrejme muži,“ myslí si plastický chirurg. Informácií o labioplastike je málo. „Keďže problém nie je viditeľný, ženy o ňom mlčia. Nedávajú autentické informácie, nepochvália sa kamarátke pri káve, že si dali zmenšiť pysky. Je to iné, ako keď si dá žena zväčšiť prsia a každý si to všimne a opýta sa jej na to,“ hovorí plastický chirurg. 🚫

Poslednou kvapkou, prečo sa žena rozhodne podstúpiť operáciu, sú muži.

Asymetrické a nepravidelné pysky plastický chirurg upraví, tmavšie nie. Ak máte tmavé vlasy a oči, budete mať i tmavšie pysky



Normálne

Tmavšie

Asymetrické

Nepravidelné

