

نوبت به جراحی زیبایی پا رسید

◀ دکتر شیرین میرزازاده

امروزه مباحث مرتبط با زیبایی، نظیر دستکاری‌های پوستی و جراحی‌های پلاستیک جایگاه ویژه‌ای در نشریات عمومی دنیا پیدا کرده‌اند و تبلیغات پیرامون جراحی زیبایی بینی، کشیدن پوست، تزریق ژل موضعی و روش‌های مشابه، طرفداران قابل توجهی دارند. اما پس از جراحی زیبایی بینی، پوست، شکم و غیره؛ حالا نوبت به جراحی زیبایی پا رسیده است. در قرن بیست و یکم، آنچه که به پوشش پاها مربوط می‌شود دیگر یک وسیله حاشیه‌ای و بی‌اهمیت نیست. کفش‌ها دیگر پس از بر تن کردن یک لباس زیبا فراموش نمی‌شوند. شما می‌دانید که انتخاب کفش مناسب هم اندازه در زیبایی

قربانیان کفش‌های مد روز

در بیشتر افراد انگشت کوچک پا به طور طبیعی یک انحنای خفیف دارد. اما در گروهی دیگر ممکن است این انحنا متوسط تا شدید باشد؛ تا جایی که انگشت کوچک پا به زیر انگشت چهارم رانده شود و حتی در شرایط ایستاده با پای برهنه به همین وضعیت باقی بماند. این بدشکل شدن پاها، پدیده‌ای است که کفش‌های گران قیمت و مطابق با مد دنیای مدرن به پاها هدیه کرده‌اند. کفش‌های پر زرق و برق منطبق با آخرین مد سال، معمولاً فضای کافی در اتاقت قدامی کفش ندارند. اتاقت قدامی کفش فضایی در جلوی کفش است که انگشتان پا در آن قرار می‌گیرند. با به پا کردن این قبیل کفش‌ها، حتی انحنای خفیفی که در انگشت کوچک پا ایجاد شده، به طور دائم باقی خواهد ماند. با گذشت زمان اصطکاک و فشار مداوم روی انگشت کوچک پا تغییرات دیگری نیز ایجاد خواهد کرد. پوست در ناحیه فشار ضخیم و سفت شده و تبدیل به میخچه یا پینه می‌شود. اغلب میخچه‌ها بخصوص اگر در منطقه‌ای از پا باشند که تحت فشار کفش قرار می‌گیرند، بسیار دردناکند. به علاوه این ضایعات بدریخت هستند. بدظاهر بودن میخچه‌ها، به یکی از دلایل اصلی امتناع خانم‌ها از به پا کردن کفش‌های جلو باز تبدیل شده است. انحنا و ایجاد میخچه با تغییرات ناخوشایند دیگری نیز همراه هستند. در مناطق تحت فشار انگشت پا، تغییر رنگ پوستی (قرمزی پوست) مشاهده می‌شود. در مجموع همه این تغییرات انگشت کوچک پا را برجسته و بزرگ تر از سایر انگشتان خواهد کرد. متأسفانه بدون مداخلات پزشکی یا تعویض نوع کفش، ادامه استفاده از کفش تنگ در پای که انگشت کوچکش بدشکل و کج شده است، به ایجاد یک انگشت کوچک چاق منتهی خواهد شد که بسیار دردناک است. اصطکاک و فشار مداوم روی انگشت پس از مدتی مفصل را نیز ملتهب خواهد کرد. التهاب مفصل انگشت کوچک ممکن است آنچنان شدت یابد که به عارضه بورسیت (بیماری التهاب حاد مفصل) بیانجامد. در چنین مرحله‌ای، انگشت کوچک پا به پا کردن هر نوع کفشی به شدت دردناک می‌شود.

جراحی زیبایی انگشت کوچک چاق

بسیاری از خانم‌هایی که به مشکل فوق گرفتارند، سال‌ها در انتظار برطرف شدن خودبخودی بدشکلی پایشان می‌مانند. اما سرانجام به ناچار یک روز در حالی که کفش کتان یا کفشی پهن و گشاد به پا دارند با شکایت از درد انگشت کوچک به مطب پزشک می‌روند. اقرار می‌کنند که زمان زیادی است از پوشیدن کفش‌های با پاشنه بلند دست کشیده‌اند؛ اما انگشت کوچکشان به وضعیت طبیعی برنگشته است. درد و بدشکلی انگشت کوچک پا در بیشتر موارد با تشکیل میخچه و ضخیم شدن پوست انگشت شدیدتر می‌شود. در مرحله اول برای چنین خانم‌هایی درمان‌های محافظت‌کننده شروع

می‌شود. تغییر نوع کفش و استفاده از کفش‌هایی که در اتاقت قدامی آنها فضای کافی برای انگشت کوچک کج و خم شده وجود دارد، ابتدایی‌ترین درمان است. توصیه به ماساژ پا در آب در خانه و نیز استفاده از رفلکسولوژی نیز بی‌فایده نخواهد بود. اما متأسفانه اغلب این درمان‌ها فقط تسکین موقت درد هستند. تزریق کورتون در انگشت پا به نسبت بقیه درمان‌ها تسکین طولانی مدت‌تری به دنبال خواهد داشت.

درد آزاردهنده و بدشکلی (بدظاهر بودن) انگشت کوچک پا در چنین افرادی سرانجام آنها را به سوی جراحی خواهد کشاند. جراحی انگشت کوچک بدشکل (Pinky Toe Tuck)، به نوعی جایگزین جراحی سنتی انگشت چکشی شکل شده است.

✓ در عرصه جراحی‌های

زیبایی می‌توان به سادگی انگشت نامتناسب را کوتاه کرد، میخچه‌ها را برداشت و انگشت کوچک چاق و بدشکل شده را تراشید تا بتواند به آسانی در داخل کفش‌های رسمی و مطابق با مد روز جای گیرد.

✓ کفش‌های پر زرق و برق

منطبق با آخرین مد روز، معمولاً فضای کافی در اتاقت قدامی ندارند.



ظاهری تاثیر گذار است که رنگ موهایتان. نکته مهمتری که باید در اینجا به آن اشاره شود، زیبایی خود پاهاست.

امروزه پاها اندام بدشکلی نیستند که باید آنها را در داخل کفش‌های آراسته مخفی کرد و از نمایان بودنشان شرمسار شد. بنابراین عجیب نیست که جراحی‌ها پا نیز در شمار جراحی‌های زیبایی قرار گرفته است. اما آنچه که باید در مورد تمام جراحی‌های زیبایی بخاطر داشت این است که بی‌شک جراحی بدون عارضه وجود ندارد؛ همچنین تصمیم‌گیری درباره لزوم انجام جراحی زیبایی پا باید از سوی پزشک انجام گیرد.

به مراتب باریک تر شده است، احتمال ایجاد میخچه روی آن اندک است. پایی که تحت جراحی زیبایی فوق‌گرفته است، در کنار برطرف شدن درد ظاهر زیبایی پیدا می‌کند. داشتن پاهای زیبا مورد توجه تعداد زیادی از خانم‌هاست. براساس ادعای متخصصان مربوطه، جراحی مذکور بسیار ساده است و نزدیک به ۲۰ الی ۳۰ دقیقه به طول می‌انجامد. برای انجام جراحی نیازی به بستری بیمارستانی نیست و بهبودی پس از جراحی بسیار سریع است. پس از ۲ الی ۳ هفته از گذشت جراحی می‌توان کفش‌های کتانی به پا کرد؛ اما ترمیم کامل معمولاً به دو ماه زمان نیاز دارد.

جراحی زیبایی پای پاشنه بلند

مطالعات نشان داده اند که از سال ۱۹۸۵ میلادی تاکنون به میزان قابل توجهی متوسط سائز پای خانم‌ها افزایش یافته است. علت اصلی چنین تغییری البته تفکر متفاوت زنان است. ساعات طولانی کار روزانه و ایستادن روی پاها زنان را وادار کرده است که بخاطر مد از راحتی پاهای خود صرف‌نظر نکنند. خوشبختانه سطح اطلاعات عمومی اقشار مختلف جامعه درباره موضوعات مرتبط با سلامت پاها افزایش یافته است و زنان از روی شرم یا اجبار کفش‌های تنگ و ناراحت به پا نمی‌کنند. عارضه‌ای که استفاده از کفش‌های پاشنه بلند در تمام طول روز به دنبال دارد، فرم گرفتن «پای پاشنه بلند» است. عارضه «پای پاشنه بلند»، به مثلی شکل شدن قسمت جلویی پاها گفته می‌شود. به عبارتی دیگر، پاها به دلیل استفاده مداوم از کفش‌های پاشنه بلند و جلو تنگ، به همان شکل کفش در می‌آیند. یعنی انگشت شست پا به سمت انگشتان دیگر پا حرکت می‌کند و انگشت کوچک به سمت انگشتان بزرگ خم می‌شود. انگشتان بینایی نیز اغلب به سمت بالا خم می‌شوند و شکل چکشی به خود می‌گیرند. روی یک یا چند انگشت پا ممکن است پینه یا میخچه شکل گرفته باشد. به علاوه به علت فشار زیادی که کفش‌های پاشنه بلند روی سینه پا اعمال می‌کنند، احتمال ایجاد چین ضایعاتی در کف پا زیاد است. پاهای دچار عارضه «پای پاشنه بلند» علاوه بر این که بدشکل هستند، اکثراً در هنگام راه رفتن دردناکند؛ در نتیجه راه رفتن را سخت می‌کنند.

اما همه تقصیرها را در بدشکلی‌های پا نمی‌توان به گردن کفش انداخت. شاید انگشت پای شما بلند است! در واقع بسیاری از افراد انگشت دوم پایشان به‌طور نامتناسبی بلند است. خبر خوب در عرصه جراحی‌های زیبایی پا این است که می‌توان به سادگی انگشت نامتناسب را کوتاه کرده، میخچه‌ها را برداشت و انگشت کوچک چاق و بدشکل شده را لاغر و تراشیده کرد تا بتواند به آسانی در داخل کفش‌های رسمی و مطابق با مد روز جای گیرد.

باز هم پیشگیری بهتر از درمان

برای پیشگیری از عارضه «پای پاشنه بلند» علاوه بر پرهیز از به پا کردن کفش‌های با پاشنه‌های بلند در طول روز چند توصیه دیگر هم مطرح هستند:

- در هنگام خرید کفش، پاها را در وضعیت ایستاده اندازه بگیرید. زیرا در حالت ایستاده فشار وزن روی پاهاست و این وضعیت مشابه شرایط واقعی است که شما در طول روز تجربه اش می‌کنید.

- جا باز کردن بعدی کفش را فراموش کنید. اگر در لحظه خرید، کفشی را انتخاب کرده اید که پای شما را آزار می‌دهد، به این امید نباشید که با چند بار به پا کردن آن راحت خواهید شد. کفش باید بلافاصله پس از خرید به پای شما راحت باشد.

- اگر نمی‌توانید از خرید کفش‌های مد روز که اغلب جلو تنگ و نوک تیز هستند خودداری کنید، کفش‌هایی را در میان آنها انتخاب کنید که پس از تمام شدن انگشتان

در اتاقک قدامی کفش تنگ شوند. در نتیجه انگشتانتان مجال صاف ماندن در درون کفش را خواهند یافت.

کار چشم‌گیری که به وقوع پیوسته
اگر شما دوباره انجام دهید
دیگر چشم‌گیر نیست.

