ক্যানভাস

লাইপোসাকশন
আপনার হাতের মুঠোয়

ডাঃ অরিন্দম সরকার

সাধারণ লোকের ধারণা, লাইপোসাকশন ওজন কমাবার জন্য ব্যবহৃত একটি অস্ত্রোপচার। ব্যাপারটা ঠিক তা নয়। সৌন্দর্য রক্ষার তাগিদে শরীরের বিভিন্ন অংশের চামড়া ও পেশির মধ্যবর্তী স্থানে যে বাড়তি মেদ জমে, লাইপোসাকশনের মাধ্যমে সেই সব অংশ থেকে আলাদা আলাদা ভাবে মেদ বের করে আনা হয়। যেহেতু অনেকটা মেদ বেরিয়ে আসছে, সে কারণে পরোক্ষে ওজন কমে। সাধারণত শরীরের যে-সব অংশের মেদ ডায়েটিং বা জিমে গিয়ে কমানো যায় না সে সব অঞ্চলের মেদ কমাতে এ পদ্ধতি ব্যবহৃত হয়।

কতটা মেদ

শরীরের মোট ওজনের ১০% মেদ এ পদ্ধতিতে বের করে আনা হয়। যদিও মেগা লাইপোসাকশন পদ্ধতিতে এর চেয়েও বেশি মেদ বের করে আনা সম্ভব। তবে এই পদ্ধতির সীমাবদ্ধতা আছে। ধরা যাক, একজন ৮০ কেজি ওজনের লোক লাইপোসাকশন করাতে এলেন। নিয়মিত পদ্ধতি অনুসরণ করে তাঁর শরীর থেকে ৭-৮ লিটার মতো মেদ বের করে আনা যাবে।

শরীরের কোন অংশ

বুক, তলপেট, পাকস্থলীর অংশ, উরু ও পশ্চাদ্দেশ অঞ্চলে সাধারণত স্থানীয় ভাবে সবচেয়ে বেশি লাইপোসাকশন করা হয়। অন্যান্য অংশের মধ্যে পায়ের ডিম (calf), বাহু, থুতনি, চিবুক বা মুখের বিভিন্ন অংশ রয়েছে।

প্রথম পদক্ষেপ

লাইপোসাকশন করবার আগে একটা প্রাথমিক আলোচনা সেরে নেওয়া হয়। উৎসাহী মানুষটিকে জানানো হয় কোন বিকল্পটি তাঁর পক্ষে সবচেয়ে ভাল। অর্থাৎ, শরীরের কোন অংশ থেকে কতটা মেদ বের করে আনা তার পক্ষে সুপ্রযুক্ত।

কী করা হয়

লাইপোসাকশন করবার সময় মানুষটিকে অজ্ঞান করে নেওয়া হয়। শরীরের যে অংশের মেদ বের করা হবে সেখানে মোটামুটি ০.৫ সেমি ব্যাসের ছোট ছোট ফুটো করা হয়। মেদ নিষ্কাশনের আগে সেই ফুটো দিয়ে এক ধরনের তরল রাসায়নিক (ওষুধ মিশ্রিত লবণ জল) শরীরে ঢুকিয়ে দেওয়া হয়। এই রাসায়নিকটি মেদ ভেঙে দেওয়ার কাজ করে। তার পরে ইস্পাতের তৈরি সরু পাইপের মতো ক্যানুলা ও উচ্চক্ষমতাসম্পন্ন একটি নিষ্কাশন যন্ত্রের সাহায্য নিয়ে আধা তরল অবস্থার মেদ অপসারণ করা হয়। যে ফুটোগুলো করা হল, সেগুলির কোনও দাগ পরবর্তীকালে থাকে না। সে জন্য এই অস্ত্রোপচারকে 'Scarless Surgery'ও বলে।

কতক্ষণ লাগে

এই অস্ত্রোপচারের জন্য মোটামুটি দুই থেকে আড়াই ঘণ্টা লাগে। যদি ৪-৫ লিটার মেদ বের করা হয়, তবে মানুষটি দিনে দিনেই নার্সিংহোম ছেড়ে বাড়ি চলে যেতে পারেন। যেমন, সকালে ভর্তি হয়ে সন্ধেয়। মেদ নিষ্কাশনের পরিমাণ বেশি (৮-১০ লিটার) হলে অবশ্য একদিন নার্সিংহোমে থাকা প্রয়োজন। কেউ চাইলে একই দিনে শরীরের বিভিন্ন জায়গা থেকে লাইপোসাকশন করে দেওয়া হয়।

অস্ত্রোপচারের পরে

যেহেতু খুব দ্রুত শরীর থেকে অনেকখানি মেদ বের করে আনা হয়, তাই সেখানকার চামড়া সাময়িকভাবে ঢিলে হয়ে যায়। সেই চামড়ার কোঁচকানো বা ভাঁজ হয়ে যাওয়া রুখতে অস্ত্রোপচারের পরে অনেকটা টাইট জ্যাকেট বা বেল্টের মতো একটি বিশেষ ধরনের পোশাক পরানো হয়। কতটা এলাকা জুড়ে অস্ত্রোপচার হল বা কতখানি মেদ বের করে আনা হল তার ওপর ভিত্তি করে কতদিন ধরে পোশাক পরে থাকতে হবে তা স্থির করা হয়। মোটামুটিভাবে ৬-৮ সপ্তাহ থেকে ৩-৪ মাস অবধি পোশাকটি পরে থাকতে হতে পারে। কাদের সাধারণ স্বাস্থ্য ভাল বা ডায়াবেটিস বা বড় ধরনের কোনও হার্টের অসুখ নেই এমন যে-কোনও মানুষ লাইপোসাকশন করাতে পারেন। নিয়ন্ত্রিত ডায়াবেটিসেও এই অস্ত্রোপচার সম্ভব। ডায়াবেটিসের সঙ্গে ওজনের সম্পর্ক রয়েছে বলে একজন ডায়াবেটিক মানুষ এই অস্ত্রোপচার করে শারীরিক সৌন্দর্য ফিরে পাওয়ার পাশাপাশি ডায়াবেটিসের ক্ষেত্রেও উপকার পেতে পারে। কারণ, ওজন কমালে ডায়াবেটিক ওষুধ ভাল কাজ করে। অন্য দিকে অনেকখানি মেদ বেরিয়ে যাওয়ার কারণে মানুষটির বডি মাস ইনডেক্স (বি এম আই) কমে যায়।

সঙ্গত প্রশ্ন

অনেকে প্রশ্ন করেন, এই পদ্ধতিতে মেদ নিষ্কাশনের পরে আবার তা ফিরে আসবে কি না। লাইপোসাকশন পদ্ধতিতে অস্ত্রোপচার করা অংশ থেকে কোষ বিদীর্ণ করে ফ্যাট কোষগুলিকে স্থায়ীভাবে অপসারিত করা হয়। অস্ত্রোপচার পরবর্তীকালে নিয়মিত এক্সারসাইজ ও ডায়েট নিয়ন্ত্রণ করে চললে পুনরায় মেদ ফিরে আসার প্রশ্ন নেই। দ্বিতীয়ত, এ প্রশ্নও জাগে যে, কত দিন পরে স্বাভাবিক জীবনে ফিরে আসা যাবে। অস্ত্রোপচার পরবর্তী পোশাকটি যে ২-৩ মাস পরে থাকতে হতে পারে, সে কথা আগেই জানিয়েছি। তবে ২ দিনের মধ্যে স্বাভাবিক হাঁটাচলা, ৭-১০ দিনের মধ্যে প্রাতর্ভ্রমণ ও ৬ সপ্তাহের মধ্যে জিমে যাওয়া যেতে পারে।

খরচ

নার্সিংহোমে থেকে অস্ত্রোপচার করলে, সার্জেন ফি বাবদ প্রতি লিটার মেদ নিষ্কাশন পিছু খরচ ৩,৫০০ টাকা। প্যাকেজের হিসেবে জেনারেল বেডে থেকে খরচ পড়ে লিটার পিছু ৫,০০০ টাকা। কেউ বিশেষ বেডে বা বিশেষ নার্সিংহোমে থাকতে চাইলে তার খরচ আলাদা করে নেওয়া হয়। আবার যে-সব অঞ্চলে মেদের পরিমাণ কম, সেই সব অংশের লাইপোসাকশন বাবদ খরচ লিটার হিসেবে ধার্য না করে অন্য ভাবে নেওয়া হয়।

সহায়তা: **কৌশিক রায়**

ডাঃ অরিন্দম সরকার। এম এস, এম সিএইচ (প্লাস্টিক সার্জারি)। প্রখ্যাত **কনসালটেন্ট কসমেটিক ও প্লাস্টিক সার্জেন**। কলকাতার এস এস কে এম হাসপাতাল ও আই পি জি এম ই অ্যান্ড আর-এ প্লাস্টিক সার্জারি বিভাগের সহকারী অধ্যাপক। এ ছাড়া তিনি ভিজিটিং প্লাস্টিক সার্জেন হিসেবে এ এম আর আই, ঢাকুরিয়া কেন্দ্রের সঙ্গে যুক্ত। ডাঃ সরকার দেশের নানা প্রান্তের আলোচনা সভায় বক্তা হিসেবে আমন্ত্রিত হন। তা ছাড়া জাতীয় ও আন্তর্জাতিক পর্যায়ের নানা চিকিৎসা বিজ্ঞান বিষয়ক পত্রিকায় তিনি নিয়মিত গবেষণাধর্মী লেখা লিখে থাকেন। কলকাতা মেডিক্যাল কলেজের স্নাতক ডাঃ সরকার একজন জাতীয় মেধা বৃত্তি প্রাপক। তিনি অ্যাসোসিয়েশন অফ প্লাস্টিক সার্জেনস অফ ওয়েস্ট বেঙ্গলের ভূতপূর্ব সম্পাদক ও বর্তমান কোষাধ্যক্ষ।

তাঁকে একান্তে পাবেন **কসমেটিক অ্যান্ড প্লাস্টিক সার্জারি সেন্টার**, ৩৭বি, ল্যান্সডাউন টেরাস, কলকাতা-৭০০ ০২৬ (দেশপ্রিয় পার্কের কাছে ন্যাশনাল হাই স্কুল ফর গার্লসের পেছনে) ঠিকানায়। যোগাযোগ: ৯৮৩০৬-৪৫৭০৫। জরুরি ক্ষেত্রে ফোন: ৯৮৩১১-৮৭৫৫৭। ই-মেল: doctor.asarkar@gmail.com। তাঁর চমৎকার ওয়েবসাইট রয়েছে। লগ অন করুন: www.arindamsarkar.in