



Anot JAV komikės Ritos Rudner, vyrai mano, kad didžiakrūtės moterys yra kvailos. Iš tiesų yra atvirkščiai – tai jos verčia vyrus elgtis kvailai. Ar iš tiesų didelė krūtinė – galingas ginklas? Ar tai grožio standartas? „Graži krūtinė“ – subjektyvi sąvoka, kitusi per amžius. Kaip ji suvokiama šiandien ir kaip tokią turėti, pasakoja plastinės chirurgijos specialistas **Darius Radzevičius**.

● Kas yra graži krūtinė? Kaip ši sąvoka kito bėgant metams?

Krūtinė – moteriškumo ir seksualumo simbolis. Kūno ir krūtinės grožio mados bėgant metams kito. Renesanso epochoje vertintos Rubenso stiliaus moterys. Vėliau įsiviešpatavo Twiggy era. XXI a. idealas – sveikata, jaunystė ir grožis. Vertinamos didelės ir dailios krūtys. Liemenėlių gamintojai, siūlydami prancūziškas liemenėles, propaguoja dideles, stangrias ir pakeltas krūtis. Realybėje tokių dažniausiai nebūna. Gražios krūtinės sampratai įtaką daro ne tik laikotarpis, bet ir gyvenamoji vieta – skirtingose šalyse egzistuoja nevienodi grožio standartai.

● Ar tikrai vyrams seksualiausia – didelė krūtinė?

Nemanau. Yra daug skirtingų požiūrių, todėl ne vien didelė ir standi krūtinė laikoma dailia. Dideles krūtis vyrai mato erotiniuose, pornografiniuose filmuose, tačiau tai nereiškia, jog kiekvienas svajoja, kad jų moterys turėtų tokias pat krūtis.

● Kokio amžiaus moterys dažniausiai nori patobulinti krūtinę?

Moteryų amžių galima grupuoti pagal jų problemas. Chirurginiam krūtinės didinimui dažniausiai ryžtasi 20–25 m. berniukiškos išvaizdos merginos, kurioms gamta pagailėjo krūtų, todėl jaučia diskomfortą. Kartais dėl šios problemos kreipiasi ir 40-metės ar net vyresnės moterys. Jos visą gyvenimą svajoja apie didesnę krūtinę, ir kai pagaliau atsiranda galimybė ją turėti, ryžtasi operacijai. Nekalbu apie tuos atvejus, kai turėdamos B dydžio krūtinę dailiosios lyties atstovės užsigeidžia didesnės. Kalbu apie tuos atvejus, kai moterys yra vyriškos figūros ir neturi krūtinės.

Kita grupė – 30–40 m. moterys, praradusios krūtinės formą po nėštumo ir žindymo. Dažnai po gimdymo krūtinė nukąra. Tuomet moterys nori atkurti tai, ką turėjo prieš gimdymą. Dar viena problema, pasitaikanti po nėštumo, – odos perteklius krūtinės srityje. Taip nutinka, kai per nėštumą krūtinė padidėja, paskui vėl sumažėja. Tuomet krūtinės audiniai nukąra. Šiuo atveju atliekama krūtinės pakėlimo operacija (kartu su krūtinės didinimu ir tūrio atkūrimu arba be jo).

Nemažai dailiosios lyties atstovių jaučia diskomfortą ir dėl per didelės krūtinės. Mažėjant audinių elastingumui, tokia krūtinė vis labiau kąra ir pradeda atrodyti neestetiskai. Didelės krūtys vargina fiziškai. Krūtų mažinimo operacijai dažniausiai ryžtasi vyresnio amžiaus moterys, nors būna ir jaunų, negimdžiusių pacienčių. Į specialistus kreipiasi ir vyrai, turintys išsivysčiusias pieno liaukas, dėl ko krūtys tampa pastebimos. Dažniausiai ši problema yra įgimta ir išryškėja brendimo laikotarpiu. Kartais dėl to kalti hormoniniai preparatai, ypač vartojami sportininkų.

● Ar dažnai tenka atsisakyti tenkinti klientės prašymą?

Visuomenėje įprasta manyti, kad krūtinę didinasi besmegenės, pinigais aptekusios, gra-

žią krūtinę turinčios, bet dar dailesnės norinčios moterys. Tokį stereotipą suformavo žiniasklaida ir ne visai tinkami žinomų žmonių pavyzdžiai. Tokių pavyzdžių pasitaikė labai mažai. Joms visuomet sakau, kad turi dailią krūtinę, kuriai nereikalingos operacijos. Reikia prisiminti, kad vyresniame amžiuje mažėja audinių elastingumas, ir krūtinė nukąra. Operuotis nepatariu ir toms, kurios po gimdymo skundžiasi itin nežymiu krūtinės nukarimu. Dėl tokios smulkmenos neverta žaloti gražios krūtinės randais.

● Kokiais natūraliais būdais galima koreguoti krūtinę?

Yra įvairių priemonių, pavyzdžiui, odą stangrinančių kremų. Visgi audiniai gali susitraukti tik iki tam tikros ribos, tad šiomis priemonėmis didelių rezultatų nepavyks pasiekti. Tarkime, jeigu krūtinė nukarusi vos kelis milimetrus, stangrinamieji kremai gali suteikti trokštamą rezultatą. Tačiau jei nukarusi 3 cm, naivu tikėtis susigrąžinti prarastą formą. Nėra jėgos, galinčios priversti odą susitraukti net kelis centimetrus.

● Kokią įtaką krūtinėi daro mityba ir sportas?

Mityba ir sportas su krūtinės išvaizda susiję tiek, kiek daro įtakos kūno svoriui. Blogiausia jo per greitai priaugti arba netekti. Pirmuoju atveju audiniai itin greitai išsitempia ir atsitraukia svorio negeba susitraukti. Greitai priaugus svorio, gali atsirasti strijų. Apskritai nei mityba,

nei sportas krūtinės nekoreguoja. Galite sportuoti ir stiprinti krūtinės raumenis kiek norite, tačiau jei ji nukarusi, nesusitrauks. Krūtinės raumenys neturi nieko bendro su po gimdymo sunykusiomis pieno liaukomis arba odos būkle, kas ir lemia dailios krūtinės formos praradimą. Lygiai tas pats ir su maistu – nuo to, kad valgysite dau-

giau morkų, krūtinė netaps gražesnė (juokiasi).

● Užsiminėte apie strijas. Kaip su jomis kovoti?

Polinkį į strijas lemia genetika. Jos atsiranda dėl pernelyg staiga išsitempusios ir sutrūkinėjusios odos. Galimas įvairus gydymas – mezoterapija, specialūs kremai, gydymas lazeriu. Šiais būdais pašalinti strijas galima tik tada, kai jos būna neseniai atsiradusios, melsvos. Jeigu strijos baltos, senos, nieko negalima pakeisti, nes jau susiformavę randai odoje. Čia padėti gali tik plastinės chirurgijos specialistas, šalindamas pažeistus odos plotus.

● Kokias natūralias priemones rekomenduotumėte trokštančioms išsaugoti dailią krūtinę?

Kaip minėjau, krūtinės būklei daug įtakos daro genetika. Gali būti paveldimas tam tikras krūtų dydis arba forma. Įgimtą krūtinės formą keičia nėštumas, gimdymas, žindymas, kūno svorio pokyčiai

ir amžius.

Norint kuo ilgiau išsaugoti dailią krūtinę, galima taikyti įvairias profilaktines priemones. Pavyzdžiui, masažus, kontrastinius dušus, stangrinamuosius kremus ir kt. Tai – tik prevencija, nesprendžianti jau egzistuojančių rimtų problemų.

● Kokie ydingi įpročiai labiausiai kenkia daliai krūtinėi?

Labiausiai daliai krūtinėi ir apskritai visai kūno odai kenkia per didelis ultravioletinių spindulių kiekis (pernelyg ilgas buvimas saulėje arba ap-

Kaip turėti dailias krūtis?

● Kokiais natūraliais būdais galima koreguoti krūtinę?

Yra įvairių priemonių, pavyzdžiui, odą stangrinančių kremų. Visgi audiniai gali susitraukti tik iki tam tikros ribos, tad šiomis priemonėmis didelių rezultatų nepavyks pasiekti. Tarkime, jeigu krūtinė nukarusi vos kelis milimetrus, stangrinamieji kremai gali suteikti trokštamą rezultatą. Tačiau jei nukarusi 3 cm, naivu tikėtis susigrąžinti prarastą formą. Nėra jėgos, galinčios priversti odą susitraukti net kelis centimetrus.

● Kokią įtaką krūtinėi daro mityba ir sportas?

Mityba ir sportas su krūtinės išvaizda susiję tiek, kiek daro įtakos kūno svoriui. Blogiausia jo per greitai priaugti arba netekti. Pirmuoju atveju audiniai itin greitai išsitempia ir atsitraukia svorio negeba susitraukti. Greitai priaugus svorio, gali atsirasti strijų. Apskritai nei mityba,

DOMU

• 53 % britų gražiausiomis laiko vidutinio dydžio krūtines. Jiems pritaria 62 % lietuvių. Didelė krūtinė patinka 14 %, maža – 5 % vyrų. Likusieji krūtinės dydžiui neteikia reikšmės.

• Po sekso dėl suaktyvėjusios kraujotakos krūtys šiek tiek padidėja. Taip nutinka ir savaite prieš mėnesines. Seksualiai susijaudinus, krūtų apimtis padidėja apie 1 cm.

• Lietuvoje daugiausia moterų turi C dydžio krūtinę.

• Apie 80 % dailiosios lyties atstovių turi nevienodo dydžio krūtis – kairioji paprastai būna šiek tiek didesnė.

• Vidutiniškai krūtis sudaro apie 1 % moters kūno svorio.

• Statistikos duomenimis, 90 % krūtinę pasididinusių moterų teigia, kad pagerėjo jų seksualinis gyvenimas. Tačiau jos labiau linkusios į savižudybę negu natūralių krūtų savininkės.

• Tai, kad nenešiojant liemenėlės krūtys nukąra, yra tik mitas. Krūtų formai kur kas daugiau įtakos daro genetika ir tam tikri išoriniai veiksniai, pavyzdžiui, nėštumas.

• Daugiausia pasaulio moterų dėvi 85C dydžio liemenėlę, o prieš 20 m. dėvėjo 75B dydžio.



DOMU

• Prieaugus 1 kg svorio, krūtinė pasunkėja maždaug 20 g.

• Anot Čikagos universiteto mokslininkų, C ir D dydžio krūtinės turinčių moterų intelektas aukštesnis.

• Hipokratas manė, kad dainavimas didina krūtis.

• Afrikoje ir Indijoje grožio idealu laikomi dideli krūtų speneliai.

• Mokslininkai iki šiol nežino, kodėl moterų krūtys būna visą laiką standžios, nes primatų suapvalėja tik žindant.

• Tyrimai rodo, kad didžiakrūtes mėgstantys vyrai menčiau apsirūpinę finansiškai.

• Apie 80 % stipriosios lyties atstovų pirmą kartą sutikę moterį pirmiausia pažvelgia į jos krūtinę.

• Didžiausių krūtų savininkė – teksasietė Sheyla Hershey. Jos krūtų dydis – 38KKK.

• Pirmieji bandymai didinti moterų krūtis prasidėjo XIX a. Į jas švirkštas parafinas, ožkų pienas ir trintos galvijų kremzlės. Dauguma tokių operacijų baigdavosi mirtimi.

• Pirmasis šiuolaikinės liemenėlės prototipas sukurtas 1914 m.

• Tyrimų duomenimis, kelias minutes krūtis stebėję vyrai prasčiau atlieka IQ testus.

• Itin retais atvejais moterys turi tris krūtis. Tai vadinama polimastija, arba daugiakrūtyste.

• Prieš gimdymą krūtys pasunkėja apie 700 g.

sauginių kremų nenaudojimas), rūkymas, antsvoris ir greitas svorio kritimas. Labai daug įtakos daro genetika, kurios neįmanoma pakeisti.

Jūratė Šeškevičiūtė

Oro valytuvas „Hyundai HYAP 201/202“ su jonizavimo funkcija!

Patalpos oro išvalymo plotas – 50 m²
Puikios oro išvalymo galimybės naudojant 9 žingsnių filtravimo sistemą
Tinkamas naudoti ne tik namie, bet ir ligoninėje arba biure



IŠPARDAVIMAS:
~~479 Eur~~
269 Eur