




Dr Sydney Ohana

Chirurgien Esthétique de renom, mondialement connu, le Dr Ohana est spécialisé en chirurgie plastique, reconstructrice et esthétique. Très sollicité par les médias pour partager son expertise, son expérience et ses connaissances, il est également l'auteur de nombreux ouvrages : L'histoire de la chirurgie esthétique, Vaincre la calvitie, La chirurgie esthétique aujourd'hui, La beauté en harmonie...

A world-renowned aesthetic surgeon, Dr Ohana specialises in plastic, reconstructive and aesthetic surgery. Regularly called upon by the media to share his expertise, experience and knowledge, he has also written a number of books: The History of Aesthetic Surgery, Beating Baldness, Aesthetic Surgery Today, Beauty in harmony, etc.

 chirurgie-esthetique.com

 [Docteur.Sydney.Ohana](https://www.facebook.com/Docteur.Sydney.Ohana)

 [docteur.sydney.ohana](https://www.instagram.com/docteur.sydney.ohana)

SE SCULPTER UN CORPS DE RÊVE GET YOUR BODY IN PERFECT SHAPE

Remodeler sa silhouette, retirer les amas graisseux, déloger la cellulite... aujourd'hui, il est tout à fait possible de se faire un corps tel qu'on l'a rêvé. Un arsenal de différentes techniques que l'on peut combiner permet de choisir le meilleur protocole pour soi, du plus léger au plus actif.

Reshaping your figure, getting rid of any excess fat, banishing cellulite... Nowadays, it is easy to achieve the body of your dreams! The veritable arsenal of techniques available, most of which can be combined, allows you to select the best protocol for your body, from the most subtle to the most effective.

La mésothérapie pour drainer et lisser la peau d'orange

Elle consiste à injecter dans le derme des produits actifs sélectionnés pour améliorer la circulation et favoriser le drainage. Le traitement se fait avec un instrument dédié, le « pistolet », pour le rendre indolore et rapide tout en délivrant une quantité précise de produit.

« Au fur et à mesure des séances on note une amélioration de la cellulite. L'action de la mésothérapie est efficace sur une cellulite diffuse »

La radiofréquence pour tonifier la peau

Cette technologie est basée sur l'émission de courants électriques à très haute fréquence passant à travers la peau et qui produisent de la chaleur dans les tissus sous-cutanés.

« Elle permet de raffermir et retendre une peau distendue, combattre la cellulite et la peau d'orange, repulper la peau et

Mesotherapy to drain and smooth orange-peel skin

This involves injecting carefully-selected actives into the dermis to boost circulation and promote detoxification. The treatment is carried out using a special instrument, a kind of "gun", which makes it pain-free and quick while delivering a precise amount of product.

"As the sessions progress, we see an improvement in the cellulite. Mesotherapy is effective on aqueous cellulite."

Radiofrequency to tone the skin

This technology is based on the emission of very high-frequency electrical currents that pass through the skin and heat up the subcutaneous tissue.

"It enables us to firm up and tighten sagging skin, get rid of cellulite and orange-peel skin, plump up the skin and, later on, produce new collagen."



dans un deuxième temps, de fabriquer un nouveau collagène ». Elle s'utilise pour traiter le relâchement cutané des bras, du ventre et de l'intérieur des cuisses, pour lisser les fripures abdominales et pour lisser la peau après une lipoaspiration. La durée d'un traitement par radiofréquence varie d'une zone à l'autre, entre 30 et 60 minutes.

En pratique, le praticien positionne la pièce à main de l'appareil sur la peau et diffuse les ondes électriques qui favorisent la production de collagène et procurent tonicité et fermeté à la peau. Le patient ressent des picotements et une chaleur durant le passage des ondes électriques. Idéalement, il faut compter 6 séances pour un protocole complet : 4 séances le premier mois, 2 séances le deuxième mois. Pour continuer l'entretien et la stimulation de vos fibres élastiques et de votre collagène, 1 séance d'entretien tous les 3 mois est préconisée.

La cryolipolyse pour diminuer les petits amas graisseux

Cette technologie non-invasive est basée sur la destruction par le froid des cellules graisseuses avec un appareil spécifique, le CoolSculpting. Elle permet de traiter les bourrelets du ventre, des poignées d'amour, de la culotte de cheval, des bras ainsi que des petites zones telles l'intérieur des genoux ou le bourrelet du soutien-gorge. La zone est aspirée dans une pièce à main puis refroidie durant 35 minutes à -9°.

« Au fil des 3 à 4 mois suivants, le corps élimine les cellules graisseuses mortes. On observe au bout de 3 mois une diminution de 30% à 45% de la zone traitée. Le résultat peut être complété par une nouvelle séance 3 à 4 mois plus tard. Seuls les chirurgiens, dermatologues, et médecins esthétiques sont habilités à pratiquer la cryolipolyse »

La lipoaspiration pour affiner et dessiner son corps

La lipoaspiration reste la première des interventions chirurgicales dans le monde en termes de pratique, son succès ne se

It is used to treat sagging skin on the arms, belly and inner thighs, to smooth crumpled skin on the abdomen, and to smooth the skin after liposuction. The duration of a radiofrequency treatment depends on the treatment zone, but is generally between 30 and 60 minutes.

The practitioner places the device's handpiece on the skin then emits electrical waves that stimulate collagen production and make the skin firmer and more toned. The patient feels a mild tingling sensation and a feeling of heat when the electrical waves are emitted. Ideally, 6 sessions are required for a complete treatment protocol: 4 sessions in the first month and 2 in the second month. To maintain the results and stimulate the collagen and elastin fibres, I recommend having a top-up session every 3 months.

Cryolipolysis to reduce small fat stores

This non-invasive technology destroys the fat cells by chilling them with a special device, CoolSculpting. It can treat belly fat, love handles, saddlebags, arms and smaller areas such as the inside of the knees or back fat. The area is sucked into a handpiece then chilled to minus 9° for 35 minutes.

"Over the following 3 to 4 months, the body eliminates the dead fat cells. After 3 months, we can see a 30-45% reduction in the treated area. The results can be enhanced with a top-up session 3 to 4 months later. Only surgeons, dermatologists and aesthetic doctors are authorised to perform cryolipolysis."

Liposuction to slim down and shape your body

Liposuction is still the world's leading surgical procedure in terms of the number of procedures carried out, and its popularity is not set to wane any time soon, as it remains the most performed operation in France. The results last for many years. No other technique gives as good, visible and long-lasting results as liposuction. This procedure can be undergone at any age and

» dément pas puisqu'elle reste l'opération la plus pratiquée dans l'Hexagone. Le résultat reste pérenne au fil des ans. Aucune autre technique ne procure des résultats aussi satisfaisants, visibles et durables que la liposuction. Cette intervention se pratique à tout âge et sur tout type de morphologie. Dans le cas d'une quantité importante de graisse à retirer, ou d'une peau distendue, l'excès de peau sera retiré en fin d'intervention. De la petite « lunchtime lipo » sous anesthésie locale qui consiste à aspirer les amas graisseux de petite taille à la lipoaspiration combinée à une plastie pour retirer l'excès de peau, cette intervention se planifie avec son chirurgien pour en retirer le maximum de bénéfices. Il est très important de respecter à la lettre les consignes post-opératoires. L'opération se pratique sous anesthésie locale ou générale, au bloc opératoire, dans le service de chirurgie esthétique d'un hôpital ou d'une clinique certifiée par la HAS. Le chirurgien choisi doit être qualifié en chirurgie plastique, reconstructrice et esthétique.

La première consultation dans les règles de l'art (et de la législation)

Lors de la première consultation, le chirurgien plasticien pose les questions d'usage (antécédents médicaux et chirurgicaux) et examine ensuite la silhouette et la qualité de la peau. Il décrit ensuite la technique opératoire, et insiste sur les risques et complications possibles, des plus légères aux plus exceptionnelles. Il remet ensuite au patient un devis incluant les frais de bloc opératoire, d'anesthésie ainsi que ses honoraires, accompagné du consentement éclairé. Un délai légal et incompressible de réflexion de 15 jours est imposé au praticien et au patient entre la date du 1er RDV et la date de l'intervention.

Liposuction mode d'emploi

« La liposuction est destinée à remodeler la silhouette par le fait de retirer radicalement une surcharge de graisse localisée qui a résisté aux régimes alimentaires et aux exercices physiques »

Elle traite toutes les zones sujettes aux excès de graisse : l'abdomen, la culotte de cheval et la face interne des cuisses, les bras, les hanches, les bourrelets du soutien-gorge, la face interne des genoux, les jambes en potreau (mollet et cheville). On peut traiter plusieurs zones lors de la même opération. L'intervention consiste à aspirer les amas graisseux avec une canule spécialement conçue à cet effet. Les tissus sont d'abord infiltrés avec du sérum physiologique, d'adrénaline pour éviter les saignements, et d'anesthésique local. Un balayage croisé avec la canule couplée à une pompe aspire la graisse profonde et superficielle.

Cette graisse peut être ensuite utilisée pour sculpter le corps. Dans ce cas elle est lavée et filtrée avant d'être réinjectée dans les zones dont le volume est insuffisant : fesses, seins, visage. On parle alors de liposculpture.

« L'association d'une réduction de la ceinture abdominale et de la culotte de cheval avec un remodelage des fesses, des hanches et des seins permet de sculpter un corps sur mesure ».



*LA LIPOSSUCION EST DESTINÉE
À REMODELER LA SILHOUETTE.*

*THE AIM OF LIPOSUCTION
IS TO RESHAPE THE FIGURE.*

Les suites

La patiente porte des bas de contention et un vêtement de compression pendant deux à quatre semaines. Ecchymoses et œdèmes disparaissent progressivement durant un mois. Les douleurs sont traitées avec la prise de paracétamol. Les fils de suture, dans le cas d'une plastie, sont retirés vers le dixième jour, sauf s'ils sont résorbables. Les incisions pour faire pénétrer la canule étant très petites, les cicatrices sont minimes.

Le résultat final reste final

Les résultats acquis sont visibles après six à huit semaines. « La silhouette est remodelée, en harmonie avec le corps. Si le poids reste stable, le résultat de la lipoaspiration sera définitif ». En cas de prise de poids, la surcharge graisseuse ira se localiser ailleurs, comme sur le dos ou les bras. Ce poids reperdu, la silhouette retrouvera son résultat obtenu par la lipoaspiration.

can be performed on any body type. If there is a large amount of fat to be removed, or if the skin is very distended, the excess skin may be removed at the end of the operation. Ranging from a small “lunchtime lipo” procedure – which is carried out under local anaesthetic and involves sucking out small fat stores – to liposuction combined with an operation to remove excess skin, this procedure should be planned out with your surgeon so that you can get the most out of the operation. It is very important to follow the post-procedure care instructions to the letter. The operation is carried out under local or general anaesthetic and in an operating theatre, either in the aesthetic surgery department of a hospital or in an approved HAS (French Health Authority) clinic. Your chosen surgeon should be qualified in plastic, reconstructive and aesthetic surgery.

First appointment to go over the procedure (and legislation)

In the first appointment, the plastic surgeon asks the usual questions (about the patient's medical and surgical history) and then examines the body shape and skin quality. They then explain the technique used during the operation and highlight any risks and possible complications, from mild to rare. They then give the patient a written quote that includes any operating theatre, anaesthetist and surgeon's fees, as well as a detailed consent form. The surgeon and patient are required to adhere to a legal and irreducible 15-day cooling-off period, between the date of the first appointment and the date of the operation.

Liposuction procedure

“The aim of liposuction is to reshape the figure by radically removing any excess localised fat that the patient has been unable to get rid of through diet and exercise.”

It treats all areas that suffer from excess fat: abdomen, saddlebags and inner thighs, arms, hips, back fat, inside of the knees, “cankles” (misshapen calves and ankles). We can treat several areas in the same operation.

The procedure involves sucking out fat stores using a specially-designed cannula. The tissues are first infiltrated with a solution that contains saline, adrenaline to prevent bleeding, and a local anaesthetic. A criss-cross sweeping motion is performed with the cannula, which is connected up to a pump that sucks out the deep and superficial fat.

This fat can then be used to further shape the body. If required, it is cleaned and filtered before being reinjected into areas that are lacking volume: buttocks, breasts, face. This is called liposculpture.

“By both slimming down the waist and saddlebags and reshaping the buttocks, hips and breasts, we can sculpt the body as the patient wishes.”

After effects

The patient should wear support stockings and compression underwear for two to four weeks. The swelling and bruising should fade away gradually over the course of a month. Pain can be treated with paracetamol. If excess skin has been removed, the stitches should be taken out after around ten days, unless they are resorbable. The incisions where the cannula is inserted are very small, so there is minimal scarring.