

Jan Měšťák

Estetická operace nosu

~

cesta ke kráse

*Velikost člověka není dána tím,
jaký má titul, jaké funkce zastává,
ale tím, jak se chová, jak jedná,
jak je skromný a kolik má v sobě pokory...*

KATALOGIZACE V KNIZE - NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Měšťák, Jan, 1944-

Estetická operace nosu - cesta ke kráse / Jan Měšťák. -- Vydání 1.. -- Praha :
Grada, 2024. -- 1 online zdroj

ISBN 978-80-271-7532-1 (online ; pdf)

* 611.21 * 617-089.844 * 616.211-089.844 * (0.062) * (0.034.2:08)

- nos
- plastická chirurgie
- estetická chirurgie
- korektivní rinoplastika
- populárně-naučné publikace
- elektronické knihy

617 - Ortopedie. Chirurgie. Oftalmologie [14]

Jan **Měšťák**

Estetická operace nosu

~

cesta ke kráse

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Automatizovaná analýza textů nebo dat ve smyslu čl. 4 směrnice 2019/790/EU a použití této knihy k trénování AI jsou **bez souhlasu nositele práv zakázány**.

Jan Měšťák

Estetická operace nosu – cesta ke kráse

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, 170 00 Praha 7

tel.: +420 234 264 401

www.grada.cz

jako svou 9728. publikaci

Odpovědná redaktorka Vlasta Dohnalová

Grafická úprava Antonín Plicka

Návrh a zpracování obálky Antonín Plicka

Fotografie z archivu autora

Počet stran 112

Vydání 1., 2024

Vytiskla tiskárna TNM PRINT s.r.o., Nové Město

© Grada Publishing, a.s., 2024

ISBN 978-80-271-7533-8 (ePub)

ISBN 978-80-271-7532-1 (pdf)

ISBN 978-80-271-5371-8 (print)

Obsah

Úvod	7
Operace nosu – rinoplastika	21
Komplikace	23
Některé specializované výkony u rinoplastiky	29
Na čem nejvíce záleží	31
Nápadný nos – neuvěřitelné příběhy ze života	33
Subjektivní kritérium – reakce po sejmutí sádry	43
Objektivní kritérium – reakce okolí	47
Ohlasy pacientů	51
Co plastický chirurg nikdy ovlivnit nemůže	65
Závěr	79
Slovo o autorovi	81
Klinika Esthé	85

Úvod

Operace nosu je v estetické chirurgii operací nejtěžší a také nejzodpovědnější, protože rozhoduje o životě operovaného. Pokud není provedena dobře, může v některých případech i ohrozit život člověka. S tím jsem se setkal dvakrát u mladých dívek, které byly operovány na jiných pracovištích a nechtěly po operaci dokonce ani žít. Pro mě je však vždy operací nejkrásnější. Žádná jiná operace, pokud budu i nadále v budoucnosti operovat, pro mě nebude tak krásná a významná.

Neexistuje žádná jiná operace, která by zvedla sebevědomí a kvalitu života tak jako úspěšně provedená operace nosu. Přesvědčit se o tom můžete zhlédnutím videí na webových stránkách www.janmestak.cz (Videoarchiv, Videomedicína – plastická chirurgie, videa *Operace nosu*, *Pohlazení na duši*). Dokumentují to názorně nejen pooperační projevy po sejmutí sádry, ale také pozitivní reakce zaslané e-mailem či osobní sdělení.

Výjimečně se některé mladé dívky, jejichž kvalita života je pro velmi nápadný velký nos téměř nulová, obávají při konzultacích z případně neúspěšného pooperačního výsledku a váhají s operací. A právě proto nabízíme všem zájemcům o operaci esteticky nápadnějšího nosu tuto novou publikaci. Jsem si naprosto jist, že se po jejím přečtení obavy z jejich mysli zcela vytratí. Proto je také více věnována pozornost ohlasům pacientů před operací nosu a po ní a jejich neuvěřitelným a nadšeným projevům štěstí.

Je všeobecně známou skutečností, že operace nosu patří v estetické chirurgii k výkonům nejobtížnějším. Je to proto, že nos je uložen v **centrální části obličeje** a jakýkoli nepřiměřený nebo technicky nedobře provedený operační zákrok může být příčinou nejen velmi obtížně řešitelných komplikací, ale také může nepříznivě ovlivnit kvalitu života operovaného.

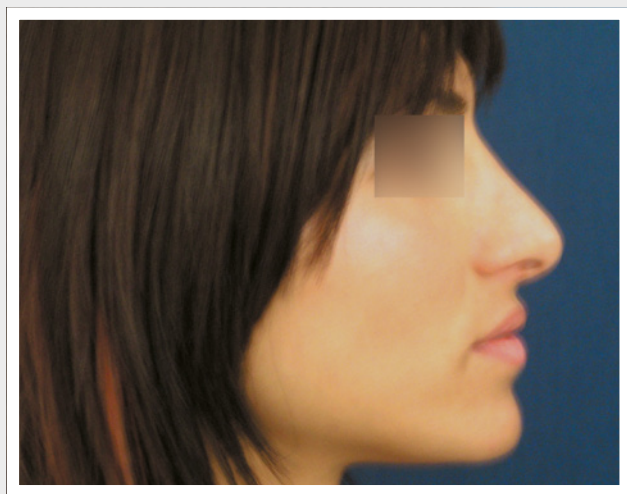
Na druhou stranu však dobře provedená operace nosu přináší tolik radosti a osobního štěstí jako žádná jiná kosmetická vada řešená plastickým chirurgem. Pozitivní posun sebevědomí je po úspěšné operaci nosu skutečně mimořádný a týká se všech věkových kategorií od postpubertálního věku až po dobu pokročilé dospělosti (obr. 1–11).

Dobrý výsledek u korektivních operací nosu je ovlivněn mnoha faktory. Na prvním místě lze jmenovat odbornou zdatnost a **zkušenost plastického chirurga s jeho manuální zručností a estetickým citěním**. Zkušenost plastického chirurga zde hraje bezesporu nejvýznamnější roli. Zkušený plastický chirurg je schopen řešit – na rozdíl od méně erudovaného chirurga – některé situace, které mohou v průběhu rinoplastiky nastat. A to ať již u nosu pouhrazového, vrozeně deformovaného, nebo dříve operovaného. Zde je vhodné připomenout, že ani dlouholetá praxe v estetické chirurgii však není zárukou úspěšnosti operace. Je někdy až s podivem, jak jinak vynikající plastičtí chirurgové mají opakovaně nedobré výsledky u operací nosu.

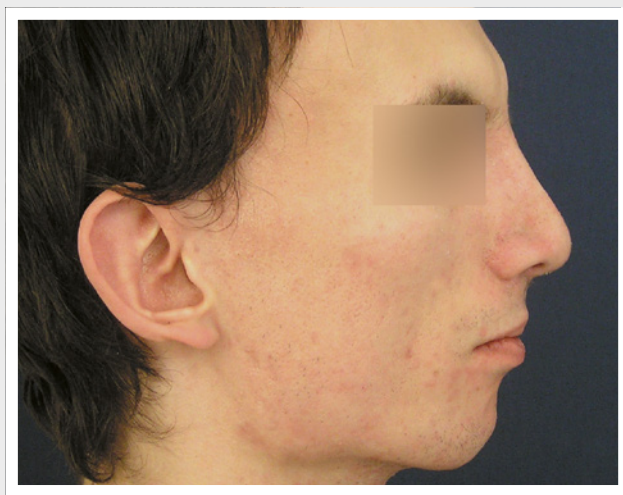
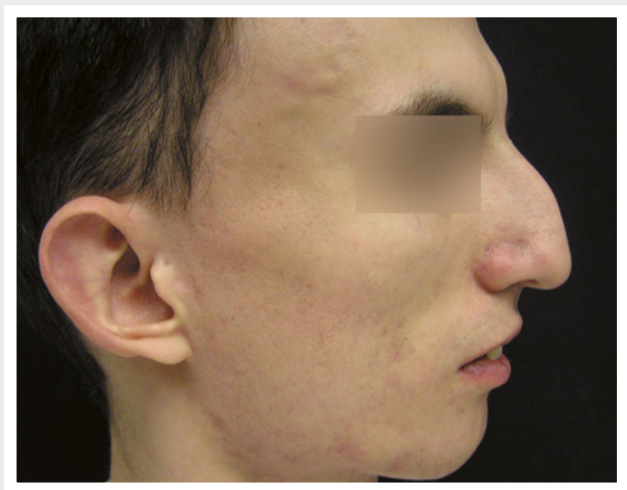
Každá rinoplastika by měla přinést pozitivní efekt. **Subjektivní** hodnocení pacientem po sejmutí sádky, **objektivní** bez ztráty identity pacienta posuzovaný širokým okolím. Případné zájemce o operaci může potěšit, že se u mých rinoplastik nemýlím a jsem prakticky vždy stoprocentně úspěšný.

Je třeba také zdůraznit, že dobrý výsledek operace může být nepříznivě ovlivněn neočekávanou individuální odlišností hojení pacienta v pooperačním období, a to i přes technicky výborně provedenou rinoplastiku. Toto atypické a velmi zřídka se vyskytující hojení se projevuje otoky kořene nebo otokem měkkých tkání hrotu a obvykle se postupem času zmírní nebo zcela vymizí.

Při výběru plastického chirurga pro korektivní operaci nosu jsou nejdůležitější **dobré reference** o pracovišti a operatérovi. A také samozřejmě i ukázky pooperačních výsledků. Ty by neměly být nikdy korigovány ve photoshopu, i když praxe v tomto smyslu hovoří někdy v neprospěch plastických chirurgů. Proto je u mě vždy výsledek operace naprosto totožný při sejmutí sádky jako v době pozdější (hodnocení z fotografií).



Obr. 1 Stav před operací nosu a po ní



Obr. 2 Stav před operací nosu a po ní



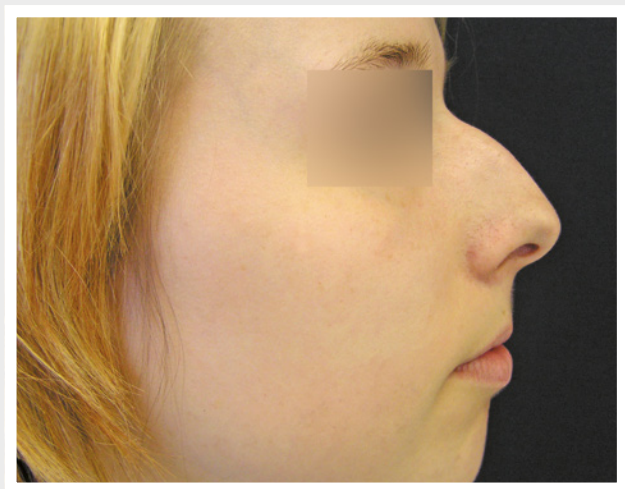
Obr. 3 Stav před operací nosu a po ní



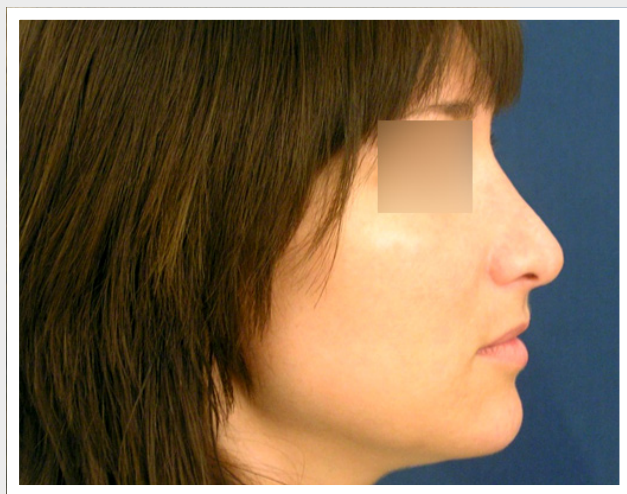
Obr. 4 Stav před operací nosu a po ní



Obr. 5 Stav před operací nosu a po ní



Obr. 6 Stav před operací nosu a po ní



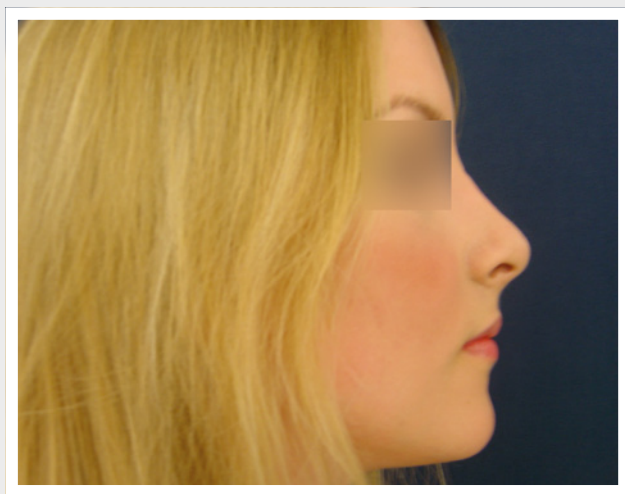
Obr. 7 Stav před operací nosu a po ní



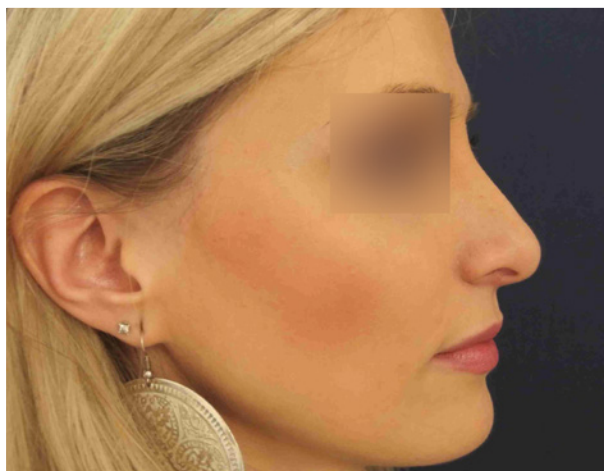
Obr. 8 Stav před operací nosu a po ní



Obr. 9 Stav před operací nosu a po ní



Obr. 10 Stav před operací nosu a po ní



Obr. 11 Stav před operací nosu a po ní

Operace nosu – rinoplastika

Postup operace nosu se liší podle toho, zda při rinoplastice provádíme zásah do **kostěné části nosu**, nebo korigujeme pouze jeho měkkou část, to je **hrot nosu**. Zatímco kompletní estetickou rinoplastiku uskutečňujeme v celkové anestezii, korekci hrotu nosu lze absolvovat pouze v místním znecitlivění. To může být doprovázeno většími otoky víček a modřinami, které obvykle v době sejmutí sádry vymizí.

Doporučená doba hospitalizace je u kompletní rinoplastiky **2 dny**, při korekci pouze měkkého nosu provedené v celkové anestezii postačí 1 den, při operaci v místním znecitlivění nehospitalizujeme. Sádru ponecháváme při korekci měkkého nosu 10–12 dnů a u kompletní operace nosu 2 týdny, případně dobu kratší podle povahy zaměstnání, pacient dále provádí masáže podle instrukcí operátora.

Komplikace

Každý, kdo podstoupí korektivní operaci nosu, očekává úspěšný výsledek rino-plastiky. Přesto je třeba upozornit na některé komplikace, které mohou, ale také nemusí přímo souviset s kvalitou provedené operace.

Komplikace po kosmetických operacích nosů jsou velmi rozmanité a mohou se vyskytovat již v průběhu operace, bezprostředně po ní anebo v odstupu několika měsíců až let. Během operace může dojít k většímu **krvácení**, které se téměř vždy zastaví tamponádou. Jen zcela výjimečně se může v odstupu 1–2 týdnů po operaci objevit větší krvácení v důsledku oslabení organismu (menses, neočekávané virové onemocnění apod.). V tomto případě je nutné kontaktovat plastického chirurga, který zajistí potřebnou pomoc a léčbu. Ještě vzácněji může v bezprostředním pooperačním období vzniknout **infekce**, která je v dnešní době skutečnou výjimkou. Pokud se tak stane, je třeba zahájit okamžitou antibiotickou léčbu, která stav rychle upraví.

Méně závažnou komplikací v pooperačním období jsou neočekávaně **velké otoky** kořene nebo jiných částí nosu, které mohou být podmíněny alergií, onemocněním endokrinních žláz či jiným onemocněním. Při správně prováděných masážích otoky po určité době téměř vždy vymizí.

Odlišná situace však nastává při technicky nedobře provedené rinoplastice, jak ji nacházíme většinou při reoperacích z jiných pracovišť. **Pooperační deformaci nosu** pacient velmi těžko snáší, psychicky strádá, vyhýbá se přátelům i kolektivu. V nejzávažnějších případech vyhledává až odbornou pomoc psychiatra.

K nejtěžším deformacím nosu patří případy, u kterých byla provedena **nadměrná redukce hřbetu nosu**. Typickým příkladem je deformace typu „skokanského můstku“, kdy byl při rinoplastice příliš radikálně snesen hřbet i s kořenem (obr. 12).

Méně příznivá situace také nastává, když ve snaze o co nejpříznivější pooperační výsledek u mohutných nosů s vysokým obloukovitým hřbetem a silnou, mastnou kůží příliš radikálně redukuje se profilu hřbet v místě hrotu. Silná kůže, která nemá schopnost se přizpůsobit novému menšímu tvaru nosu, vytváří jakési nápadné vyklenutí zvláště v hrotové části z profilu. V tomto případě bychom měli postupovat co nejkonzervativněji, a to i za cenu mírně vyššího nosu v jeho středu a hrotu. Konečný výsledek mohutného nosu to však vůbec neovlivní.

Relativně dosti často se setkáváme při reoperacích z jiných pracovišť s tím, že plastický chirurg ponechal nadměrně **vysokou přední chrupavčitou přepážku**. Korekce spočívá v jejím dodatečném snadném snížení (obr. 13).

Také při operacích **pouze měkkého nosu** (hrotu) je třeba počítat s tím, že u silné a mastné kůže nosu může dojít po korekci hrotu nosu k jeho zbytnění, které většinou po masáží ustoupí, jen výjimečně přetrvává delší dobu.

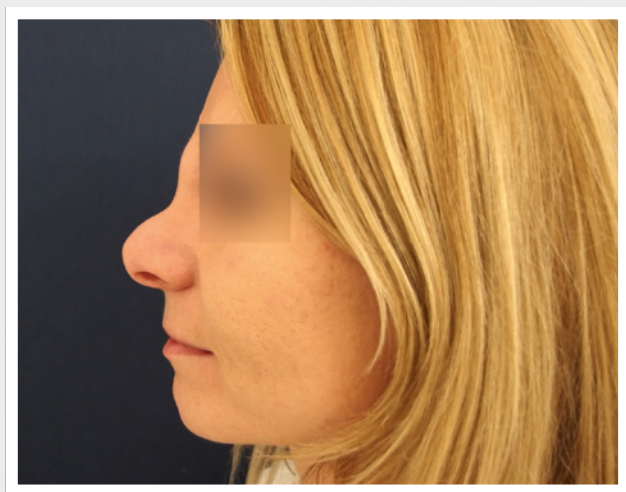
Po operacích nosu velmi zřídka nacházíme **zčervenání kůže nosu**, které však může být přítomno již před rinoplastikou. Příčinou je rozšíření a zmnožení drobných cévek kůže nosu.

Co se týká tvaru nosu, ten by měl zůstat stejný, jako ho nacházíme několik měsíců po operaci. Kosti nosu jsou již pevně srostlé a v žádném případě nemůže proto dojít k jeho „zborcení“, jak nesprávně uvádějí některá média. Případné drobné nerovnosti kostěné části nosu, mírně nápadnější po ústupu otoků, lze samozřejmě bez úhrady pacienta snadno korigovat. Snad nepatrný vliv na tvar nosu může mít těhotenství či výrazná změna tělesné váhy. Otoky zvláště hrotové části nosu mohou být podmíněny i dodržováním nadměrného pitného režimu, jak jsem se o tom opakovaně přesvědčil při kontrolách pacientů.

Ještě malá poznámka na závěr, a sice odpověď na otázku, zda může operace kosmetické vady nosu ovlivnit **dýchání**. Zde je třeba mít na paměti, že plastický chirurg řeší pouze tvarové odchylky tzv. zevního nosu a nikdy nezasahuje do funkčních poruch vnitřního nosu spojených se zhoršeným dýcháním. To je způsobeno buď vrozeným vybočením nosní přepážky, nebo jejím pouhazovým zakřivením. Operace vybočené nosní přepážky spadá výhradně do oboru otorinolaryngologie, nikoli plastické chirurgie. Nelze však vyloučit postupné narůstání původních dýchacích obtíží v průběhu několika let po rinoplastice, pokud již v různém stupni předcházely vlastní operaci. Jen velmi vzácně mohou nastat obtíže spojené s dýcháním nosem bezprostředně po operaci v důsledku zduření sliznice, ať již z důvodu alergie, nebo jiné příčiny, která většinou po čase ustoupí.

Ojedinělou komplikací může být například deformace tzv. vlajících nosních křídel, kdy plastický chirurg příliš redukoval chrupavky nosních křídel u užších nosních dírek, křídla ztratila oporu a docházelo potom téměř k uzavření nosních dírek po nádechu.

V praxi se často setkáváme i s jinými pooperačními chybně provedenými operacemi nosů, například s ponechanou příliš vysokou přední chrupavčitou přepážkou, o které jsem se již zmínil. Nebo naopak ponechaný vyšší hřbet po operaci (obr. 14). **Nikdy také osobně nezkracuji chrupavčitou přepážku**, protože se automaticky po odstranění křídlových a částečně i hrotových chrupavek nosoretosní úhel vždy zvětší. Takže při dalším zkrácení přepážky může dojít k vytvoření tzv. piggy nosu („prasečímu nosu“), ale i jiným pooperačním stavům, zvláště po operacích na jiných pracovištích (obr. 15).



Obr. 12 Stav po operaci nosu



Obr. 13 Stav po operaci nosu



Obr. 14 Stav po operaci nosu



Obr. 15 Korekce nosu po operaci
na jiném pracovišti

Některé specializované výkony u rinoplastiky

Septorinoplastika

Před operací nosu se můžeme setkat s **problémy s dýcháním**. Příčinou bývá obvykle jednostranné vybočení přepážky a důvodem mohou být buď pouřazové stavy, nebo vrozené vady. Uvádí se, že téměř 80 % lidí má vybočenou nosní přepážku, pouze část z nich má však funkční poruchu průchodnosti.

Jestliže se tyto problémy před korektivní operací nosu vyskytují, je nutné provést vyšetření lékařem v oboru otorinolaryngologie (ORL). Teprve on rozhodne, zda je možné provést korektivní operaci nosu a vybočené nosní přepážky zároveň, nebo nejdříve operaci nosní přepážky a v odstupu několika měsíců potom samotnou rinoplastiku.

Zavřená, či otevřená rinoplastika?

Běžně je prováděná **zavřená rinoplastika**, protože je při ní mj. umožněno provést exaktní estetickou rinoplastiku pro stabilní a pevný kožní kryt nosu s případným přesným „doladěním“ výšky chrupavčitého předního septa pohledem (aspekce) a pohmatem (palpace), což u otevřené techniky operace možné není kvůli „volné“ kůži hřbetu a nosu. Ze stejného důvodu také není ani možnost přesné korekce hrotových chrupavek (genu), které jsou při stabilní kůži pohledem i pohmatem naprosto přesně průkazné.

Proto jsou u mých estetických rinoplastik vždy **absolutně rovné hřbety**, stejně jako symetrický hrot, a **jizvy jsou neviditelné**, protože jsou skryty uvnitř nosu. O tom se může přesvědčit kdokoli, kdo nahlédne do méj monografie *Estetické operace nosu v klinické praxi*, která vyšla v nakladatelství Grada. V porovnání s pooperačními výsledky otevřenou rinoplastikou, které jsem mohl posoudit i já sám v monografiích jiných autorů, případně přímo u operovaných pacientů.

U otevřených rinoplastik je naproti tomu **jizva** vždy **více či méně viditelná** na kožní přepážce nosu a je prakticky **nemožné zmíněné „doladění“**

rovného hřbetu nosu pro uvolněnou kůži celého nosu. Otevřená technika je vhodná ke korekci chrupavek hrotu nosu po předchozích opakovaných reoperacích nosů, často z jiných pracovišť, kdy jsou tzv. hrotové chrupavky naopak více přehledné a tím je umožněna jejich přesná a exaktní korekce. Také se domnívám, že otevřená rinoplastika může být někdy využívána, pokud si operátor neosvojil dobře zavřenou techniku.

Nosoretní úhel

Plastický chirurg by si měl také před estetickou rinoplastikou ověřit nosoretní úhel, který je často nadstandardně zvětšen při velkém oblouku horní čelisti (předkus). Ten se totiž téměř vždy zvětší o několik stupňů u rinoplastiky snížením hrbolu nosu se současným snížením přední přepážky a redukcí zevních ramének křídlových chrupavek. A proto já nikdy nos zásadně nezkracuji pro riziko případného „prasečího nosu“ (*piggy nose*).

Na čem nejvíce záleží

Pokud se opět zaměříme na nejvýznamnější operaci v plastické chirurgii z hlediska pozitivního přínosu pro duševní zdraví, sebevědomí člověka a tím jeho štěstí, je to jednoznačně **operace nosu** neboli **rinoplastika**. Zdařilá operace nosu přináší pro jedince, kterému příroda nadělila nos co do velikosti a tvaru extravagantní, tolik radosti a štěstí jako žádná jiná vrozená vada. Neexistuje co do počtu žádná vrozená nebo získaná vada, která by tak pozitivně podpořila život pacienta, který operaci podstoupil. Přestože u žen i korektivní operace prsů v podobě jejich modelace, zvětšení, redukce nebo i rekonstrukce po jejich odstranění přináší bezpochyby také velká uspokojení.

To také názorně dokumentují emotivní **autentické pooperační projevy**, které si dovolím demonstrovat, a to především proto, abych potvrdil význam operace nevzhledného nosu pro člověka a jeho život.

Jak již bylo řečeno, hlavním důvodem významu rinoplastiky je to, že **nos je dominantou obličeje** a jakákoli odchylka v jeho tvaru a velikosti bývá často doprovázena nevhodnými poznámkami a škodolibostí. A to nejen ze strany spolužáků a „kamarádů“, ale také, k mé velké nelibosti, někdy i rodičů, kteří upozorní na velikost dceřina nosu, aniž by tušili, jak hluboce zasáhne jejich nevhodná poznámka duši milovaného dítěte často na celý život. V klinické praxi jsem se s tím opakovaně setkal, mnohé ženy, leckdy i starší šedesátí let, mě přišly požádat o úpravu nosu a vzpomínaly přitom na slova „necitlivých“ maminek: „Ty máš tak velký nos, že se možná ani nevdáš,“ nebo: „Kdybys měla nos o jeden a půl centimetru kratší, budeš docela hezká holka,“ či: „Nenecháš si přeci jenom ten velký nos odoperovat?“

A právě na základě mnohaleté praxe s operováním nosů (více než čtyř tisíc provedených rinoplastik) jsem nabyl přesvědčení, že pokud je někdo citlivější, tím i zranitelnější, a je kýmkoli bolestně zasažen ohledně velikosti a tvaru nosu, a to především v období dospívání, vyvolá to v něm komplex méněcennosti na celý zbytek života. Někdy toto vnitřní zranění odezní, ale obvykle bývá uloženo někde v hloubce duše. Nikdy to však nepochopí rodiče, životní partneři nebo přátelé. I když téměř každé potenciální zájemkyni o operaci nosu tvrdím, že je hezká a že **nejdůležitější v obličeji jsou oči**, které s námi vždy komunikují a oslovují nás jako první. A pokud se navíc přidá ta „vnitřní krása dívky“, nos pro mě zcela ustupuje do pozadí. Pro jeho nositele však nos vždy naprosto „vyhrává“ a je vyžadována jeho korekce.

Nápadný nos – neuvěřitelné příběhy ze života

Hluboce zakořeněný pocit o abnormalitě a nevzhlednosti nosu z období dospívání i dospělosti nikdy neodezní, což potvrzují neuvěřitelné příběhy ze života. Dopis od maminky a její dcery, které podstoupily operaci nosu:

Vážený a milý pane docente,

zasíláme velké poděkování, NEZAPOMENUTELNÉ SETKÁNÍ.

Když dcera řešila rinoplastiku nosu, tak výběr kliniky byl pro nás naprosto jednoznačný. I když od Prahy nás dělí 300 km. Vyšel jste nám maximálně vstříc a po zhlédnutí fotografií jako odborník vyhodnotil situaci na dálku a dal již termín. Operace samozřejmě dopadla perfektně, protože máte estetické cítění, nos vypadá přirozeně a téměř nikdo nepozná operativní zákrok.

Já jako matka jsem o operaci nosu dlouho přemýšlela, ale všude jsem četla, že po 40. roce věku to již není vhodné. Po přečtení knihy *Meta-morfózy* jsem se dozvěděla, že děláte i mnohem starší ženy krásnější.

Ve 49 letech jsem podstoupila i já rinoplastiku nosu a lituji jenom toho, že jsem se neodhodlala dříve svěřit se do rukou tak skvělého odborníka, ale i člověka. Setkání s Vámi je pohlazení na duši a zároveň patří mezi nezapomenutelné zážitky našeho života.

Pokud bychom se v budoucnu rozhodly podstoupit nějaký další zákrok, tak určitě na klinice Esthé.

Mockrát děkují holky z Moravy.

L. + I.

Samozřejmě zde nemohu uvádět všechny děkovné dopisy. Snad ještě více dokumentují nadšení a štěstí operovaných pacientů jejich **autentické projevy po sejmutí sádry**, které jsou často velmi dojemné. Opět musím připomenout, že jsem se nikdy za celou dobu dlouhodobé klinické praxe nesetkal u žádné jiné problematiky estetické chirurgie s takovými „výbuchy“ radosti a štěstí, jako po úspěšně provedené rinoplastice.

Reakce pacientů po rinoplastice nejvíce potvrzují nezastupitelnou úlohu plastické chirurgie, jak prospět šťastnému životu nositeli s nápadným tvarem a velikostí nosu.

Dobrý den,

začalo to v mé pubertě, kdy mi nos rostl a rostl a okolí si začalo všimát, že nevypadá „normálně“, ale že má neobvyklý tvar. Věřím, že by mě jeho vzhled nikdy moc netrápil, kdyby nezačaly různé posměšky. U nás v rodině se takový nos dědí – větší a objemnější. Všichni si dělali legraci: „Nojo, ty máš frňák po babičce,“ nebo: „S tímhle nosej jsi prostě naše,“ atd. Vždy jsem se tomu zasmála a legraci si dělala s nimi, ale někde uvnitř mě to trápilo čím dál víc. Přišlo mi, že všechny kamarádky mají proti mně krásný nos. Malý, rovný a k obličejí úplně ideální, i když pravdou je, že i můj nos byl „ten můj“ a ke mně se hodil, ale to jsem si nikdy nepřipustila. A tak jsem se začala v životě schovávat. Při mluvení s lidmi jsem se snažila co nejvíce koukat každému do očí, aby se na mě nepodíval ze strany, při jízdě autobusem stát ke každému zády a vyvarovat se tak zvědavých pohledů a při cestě ze školy jet hned domů a čekat na následující den, kdy všechno probíhalo stejně.

„Vždyť máš normální nos“, „Mně nepříjde velký“, „Ten kluk se nesmál tobě, prosím tě!“ Kamarádky mě vždy dokázaly podpořit, ale jen na chvíli. „Potřebuji tisíc komplimentů, ale stačí mi jeden posměšek.“ Mnohokrát se stalo, že jsem při cestě do školy autobusem narazila na skupinku holek, které se na mě podívaly a prohlížely si mě. Vždy jsem si říkala, že nevím, proč tak koukají, co je na mně tak divného?, ale moc dobře jsem věděla. Začala jsem brečet a kamarádka mě vždy utěšovala, ať se na ně vykašlu, ale taková já bohužel nejsem. Odjakživa jsem neuměla nad něčím mávnout rukou a nechat to být. Vždy jsem tomu podlehla a ve většině případů se rozbřečela. No jo, taková rozená citlivka.

Rodina si toho začínala všimát a začala to se mnou řešit. Psycholog, speciální make-up, který by mi nos opticky zmenšil, a další podobné nápady, jak vyřešit můj problém. Nenapadlo je však, že mám také jeden nápad a že se od jejich nápadů trochu liší. Byla to plastika nosu. Pro mě

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy ***Estetická operace nosu - cesta ke kráse.***
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.