Dr. Mustafa Aydınol

Udgave: september 2026

PATIENTVEJLEDNING

# Guiden til brystkirurgi

Forstørrelse, løft og reduktion. Det, jeg forklarer alle patienter før brystkirurgi i Istanbul: hvilken operation der passer til hvilke bryster, hvordan implantater vælges, og hvordan Deres heling reelt ser ud.




## Dr. Mustafa Aydınol

Plastik-, rekonstruktions- og æstetisk kirurg, Istanbul


- ISAPS-medlem
- Turkish Society of Plastic Reconstructive and Aesthetic Surgeons
- Godkendelse til sundhedsturisme, Turkish Ministry of Health

# Før De går i gang

Brystkirurgi er ikke én operation. En forstørrelse, et løft, et løft med implantater og en reduktion behandler forskellige problemer, efterlader forskellige ar og kræver forskellig heling. At vælge den rigtige til Deres bryster betyder mere end noget andet i denne guide.

Det spørgsmål, alle patienter stiller først, er: hvilken størrelse? Det spørgsmål, jeg svarer på først, er: hvad passer. Deres kropsbygning, Deres væv og hvor Deres brystvorte sidder, afgør planen, ikke et tal fra sociale medier.

Læs denne guide i Deres eget tempo. Når De er klar, så send mig et par fotografier, og jeg vil ærligt fortælle Dem, hvilken operation Deres bryster har brug for, og om De overhovedet har brug for en.

**Dr. Mustafa Aydınol**

## I denne guide


01 Hvad brystkirurgi kan, og hvad den ikke kan

02 Implantater: størrelse, type og placering

03 Hvilken operation passer til Deres bryster

04 Løft og reduktion: arret følger brystet

05 Resultater fra min klinik

06 Er De en god kandidat?

07 Operationen

08 Deres dage i Istanbul

09 Efter De flyver hjem

10 Risici og ærlige begrænsninger

11 Sådan læser De før- og efterbilleder

12 Spørgsmål De bør stille enhver kirurg

13 Pris og hvordan De får et tilbud

14 Om Dr. Aydınol og Deres næste skridt

01

# Hvad brystkirurgi kan, og hvad den ikke kan

Brystkirurgi ændrer tre ting: volumen, position og størrelse. De fleste skuffelser kommer af at behandle den forkerte, f.eks. et implantat til et bryst, der er faldet, eller et løft til et bryst, der blot er lille.

## Jeg vurderer hvert bryst på tre måder

### Volumen

Er der for lidt eller for meget? Et implantat, fedt eller begge dele øger volumen; en reduktion fjerner den og bringer brystet i proportion med Deres krop.

### Position

Hvor brystvorten sidder i forhold til folden under brystet. Hvis det er faldet, har brystet brug for et løft, med eller uden implantat.

### Væv

Hudens elasticitet, vævets tykkelse og brystkassens form. Det afgør implantatet, dets placering og arrets længde.

## Hvad brystkirurgi ikke vil gøre

- Et implantat løfter ikke et bryst, der er faldet markant. Ofte er et løft den ærlige anbefaling, og det vil jeg sige direkte til Dem.
- Et løft øger ikke volumen. Det genskaber position og form, og brystet bliver en smule mindre, fordi der fjernes hud.
- Det stopper ikke tiden. Graviditet, vægtændringer og alder vil stadig ændre Deres bryster, og implantater er ikke livslange enheder.

### Er De i tvivl om, hvorvidt De ønsker et implantat, eller et stort?

**Fedtoverførsel**

Deres eget fedt, udtaget ved fedtsugning, giver en diskret forøgelse på en halv til én skålstørrelse. En del resorberes, så der kan planlægges én eller to sessioner.

**Kombineret tilgang**

Et mindre implantat med fedttransplantation over: en blødere kant hos slanke patienter med tyndt væv. Det er en del af mit publicerede kliniske arbejde.

Den ærlige grænse: fedt kan ikke løfte et bryst, der er faldet, og det kan ikke give en stor størrelsesændring. Det kræver et implantat, et løft eller begge dele. mustafaaydinol.com/da/brystaestetik/

02

# Implantater: størrelse, type og placering

Valg af implantat er opmåling, ikke shopping. Jeg måler basisbredden af Deres bryst, tykkelsen af Deres væv, Deres hudelasticitet, formen på Deres brystkasse og foldens position, og derefter prøver vi prøvestørrelser sammen.

### Type og profil

Jeg anvender kohæsive silikonegel-implantater fra etablerede producenter med internationalt dokumenterede sikkerhedsdata. Runde implantater passer til de fleste mål; profilen (hvor langt implantatet projicerer) er dér, hvor det meste finjustering sker.

### Placering og snit

De fleste af mine patienter får en dual plane-placering, delvist under musklen, hvilket er særligt tilgivende hos slanke patienter med tyndt væv. Over musklen, under den tynde fascie, der dækker brystmusklen (subfascial), kan være det rigtige, når vævsdækningen er generøs. Jeg foretrækker et snit i folden under brystet, hvor arret skjules.

### Er implantater for livet?

Nej. Mange patienter beholder de samme implantater i femten år eller længere, og der er ingen fast dato for udskiftning, men planlæg ud fra, at en udskiftning kan blive nødvendig på et tidspunkt. Hvis Deres implantater er mere end seks år gamle og aldrig er blevet scannet, så få lavet en ultralyd.

**Et kubikcentimeter-tal kopieret fra sociale medier er ikke en plan. At kopiere en anden kvindes tal er som at tage hendes briller med styrke på: produktet er identisk, resultatet er det ikke.**

03

# Hvilken operation passer til Deres bryster

Implantat, snit i folden

### Brystforstørrelse

Til små bryster i forhold til Deres kropsbygning, volumen tabt efter graviditet eller vægttab, eller asymmetri, hvor brystvorten stadig er ved eller over folden.

Mindre implantat og fedt

### Kombineret forstørrelse

Et mindre implantat med strukturel fedttransplantation, til slanke patienter med tyndt væv, let asymmetri eller efter vægttab. Det kræver, at der er nok fedt at tage.

Intet implantat

### Fedtoverførsel

En diskret ændring på en halv til én skålstørrelse med Deres eget fedt, til patienter der ikke ønsker implantat og har fedt at afse.

Arret bestemmes af hænget

### Brystløft

Til bryster, der er faldet. Brystvorten løftes, og vævet omformes; fylde i den øvre del af brystet kan komme fra Deres eget væv eller fra fedt.

Som regel én fase

### Løft med implantater

Til et bryst, der er faldet og har mistet volumen. Mere krævende: løftet strammer huden, mens implantatet strækker den. To faser, når hænget er udtalt, og implantatet er stort.

Lindring såvel som form

### Brystreduktion

Til tunge bryster, der giver nakke-, skulder- og rygsmerter, stropmærker eller udslæt. Typisk én til tre skålstørrelser mindre, med et indbygget løft.

## Ofte planlagt i samme operation

- En maveplastik og fedtsugning, som en mommy makeover
- Fedtsugning af siden af brystkassen og området mod armhulen
- Fedtoverførsel til den øvre del af brystet eller til balderne
- Fjernelse af implantater med et løft, til patienter der ønsker deres implantater ud

> Højst tre større løft indgår i én session, og et brystløft eller en reduktion tæller som ét. Kombinationer planlægges på forhånd som én operation og én helingsperiode.

04

# Løft og reduktion: arret følger brystet

Begge operationer løfter brystvorten og omformer brystet. Hvor meget brystet er faldet, og hvor meget løs hud der er, afgør arret. Jeg vælger det korteste ar, der faktisk kan holde resultatet.

### Rundt om areola

Kun ved let hæng med god hud. Det løfter brystvorten én til to centimeter og kan gøre areola mindre. Brugt ved mere hæng flader det brystet ud og udvider arret.

### Vertikalt, eller slikkepind

Arbejdshesten ved moderat hæng og ved små til moderate reduktioner. Det indsnævrer basen og giver en mere projiceret form. Arret ser alarmerende ud i starten og falder pænt til over et år.

### Anker, eller omvendt T

Ved udtalt hæng, meget løs hud efter vægttab og store reduktioner. Det tilføjer et ar i folden under brystet, som selve brystet skjuler, når De står.

## Sådan beskytter jeg følesans og amning

- Brystvorten forbliver fastgjort til en pedikel, en vævsbro der bærer dens blod- og nerveforsyning. Den flyttes, den skæres ikke fri.
- Ved de fleste reduktioner bruger jeg en superomedial pedikel; ved meget store bryster er en inferior pedikel et alternativ.
- Kun i ekstreme tilfælde fjernes brystvorten og transplanteres tilbage. Det er sjældent, det betyder at følesans og amning går tabt, og jeg fortæller Dem det på forhånd.
- Det væv, der fjernes ved en reduktion, vejes og sendes til rutinepatologi.

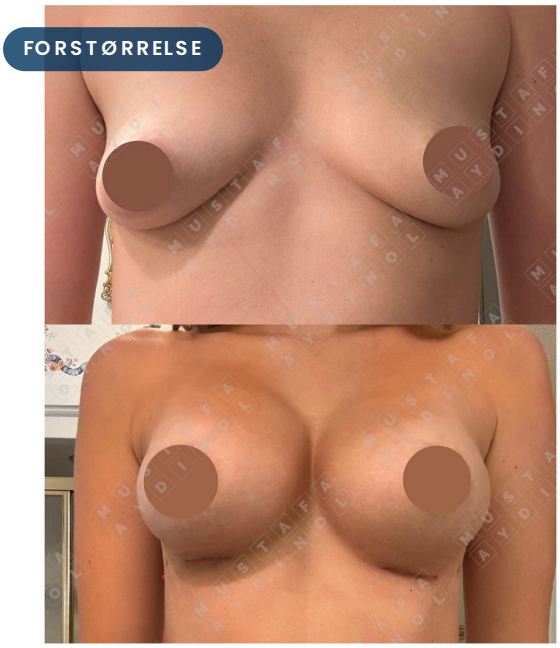
### Hvornår er det rette tidspunkt?

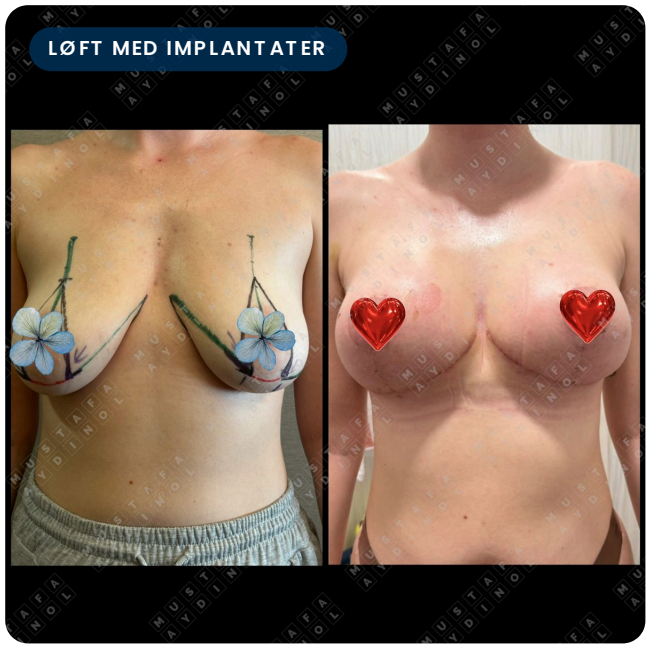
Når Deres vægt har været stabil, typisk i fire til seks måneder, og når De ikke planlægger en graviditet snart. Hvis De gør, er det som regel bedre at vente til efterfølgende. Efter stort vægttab har de fleste patienter brug for ankermønsteret.

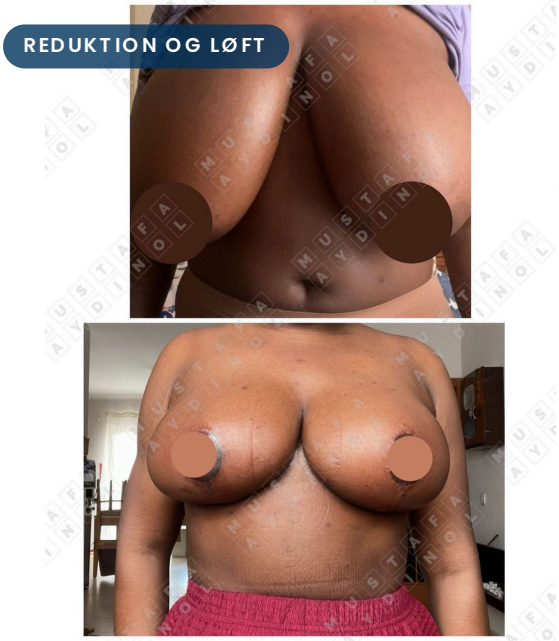
05

# Resultater fra min klinik

Dette er mine egne patienter, fotograferet før og efter operation.




Tre patienter

## Tre forskellige operationer

En brystforstørrelse med implantater, et brystløft med implantater og en brystreduktion med løft. På hvert foto er før øverst eller til venstre, efter nederst eller til højre.

# Flere resultater



### Brystløft uden implantater

Med maveplastik, 360 fedtsugning og en BBL, 60 år. Før (venstre) og én uge efter (højre).



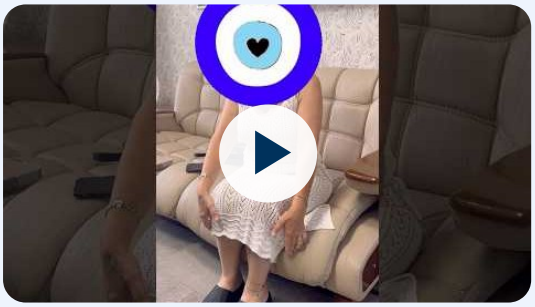
### Brystløft med implantater efter 30 kg vægttab

Som del af en mommy makeover med maveplastik, fedtsugning og en BBL, 28 år. Før (venstre) og én uge efter (højre).



### Brystforstørrelse

Efter operation. Nogle patienter giver kun tilladelse til efterbilleder.



PATIENTHISTORIE

### Kapselkontraktur efter et brystløft med implantater: de deformerede implantater blev udskiftet, og kontrakturen behandlet.

Scan for at se

**Flere resultater:** mustafaaydinol.com/da/foer-og-eftergalleri/

06

# Er De en god kandidat?

Den rigtige operation afhænger af Deres bryst, ikke af en størrelse. De bedste kandidater er i god almen helbredstilstand, har en stabil vægt og er afklarede om, hvad der generer dem.

## De fleste af mine brystpatienter falder i tre grupper

### For lidt volumen

Små bryster i forhold til kropsbygningen, eller volumen tabt efter graviditet, amning eller vægttab, hvor brystvorten stadig sidder rigtigt. En forstørrelse, med implantat, fedt eller begge dele.

### Hæng

Efter graviditet, amning eller vægttab, eller naturligt hæng. Et løft, med eller uden implantat; efter stort vægttab som regel ankermønsteret.

### For tungt

Nakke-, skulder- og rygsmerter, stropmærker, udslæt under brystet, begrænsninger i sport. En reduktion, som handler lige så meget om lindring som om form.

## Hvornår jeg vil sige nej, eller ikke endnu

- Deres bryst er faldet, og De ønsker kun et implantat. Ofte er det ikke nok, og det vil jeg sige direkte til Dem.
- Deres vægt ændrer sig stadig, også ved vægttabsmedicin. Jeg ønsker normalt, at den er stabil i fire til seks måneder.
- De planlægger en graviditet snart. Det er som regel bedre at vente til efterfølgende.
- De beder om en størrelse, Deres væv ikke kan bære, eller endnu en forøgelse. På et tidspunkt er min opgave at sige nej.

07

# Operationen

**BEDØVELSE**

Generel anæstesi, på et akkrediteret hospital

**OPERATIONSTID**

Forstørrelse 1 til 1,5 time; løft 2 til 3; reduktion 3 til 4

**HOSPITAL**

Én nat

**DRÆN**

Som regel fjernet på dag to eller tre, afhængigt af hvor meget væske de opsamler på 24 timer

**Jeg planlægger en reduktion efter proportioner, ikke efter en lovet skålstørrelse. Vævet sætter selv grænsen, så jeg garanterer ikke en skålstørrelse.**

## Sting, ar og forbindinger

Huden lukkes lagvist med absorberbare sting, så der er ingen sting at fjerne. Efter en forstørrelse ligger arret i folden under brystet; efter et løft eller en reduktion følger det det mønster, Deres bryst har brug for.

Deres sidste forbinding lægges ved kontrollen før De flyver, og De tager ekstra forbindinger med hjem. Dræn efterlades aldrig til, at De selv skal håndtere dem derhjemme.

08

# Deres dage i Istanbul

Planlæg fem til syv dage i Istanbul.

**Dag 0**

### Operation

Deres operation i generel anæstesi. De går en tur samme aften.

**Dag 1**

### Én nat på hospital

En nat med tæt observation, derefter flytter De til Deres hotel i Deres operations-bh, med daglig kontakt fra mit team.

**Dag 2 til 3**

### Hotel

Dræn fjernes som regel på dag to eller tre, afhængigt af hvor meget væske de opsamler på 24 timer. Korte gåture hver dag, og hold forbindingerne tørre.

**Dag 5 til 7**

### Afsluttende kontrol

Deres afsluttende undersøgelse og forbinding, dagen før Deres fly. De fleste patienter flyver hjem mellem dag fem og syv.

**Helingsplanlægger**

Brug helingsplanlæggeren på min hjemmeside til at omdanne Deres operationsdato til en dag-for-dag-kalender for Deres rejse.
mustafaaydinol.com/da/rekonvalescensplanlaegger/

09

# Efter De flyver hjem

**Omkring 1 til 2 uger**

Efter en forstørrelse: kontorarbejde fra omkring dag syv og bilkørsel fra dag ti; efter et løft eller en reduktion: dag ti og dag tolv. Deres første brusebad omkring dag ti, hvor De også skifter Deres egen forbinding.

**Omkring 3 til 4 uger**

Arpleje starter, med silikonegel eller -plastre og solbeskyttelse. Fra omkring uge tre en blød sports-bh uden bøjle, og at sove på siden hvis det er komfortabelt. Let konditionstræning for underkroppen, og badekar, pool eller havet, fra omkring uge fire.

**6 uger**

Brug Deres støtte-bh dag og nat indtil omkring uge seks. Derefter kan støtten gradvist reduceres, og brystøvelser, overkropstræning og tunge løft kan begynde.

**3 måneder til et år**

Implantater falder og blødgøres til deres endelige position over cirka tre måneder; vurder resultatet ved seks måneder. Efter et løft eller en reduktion falder formen på plads efter cirka fire måneder, og arrene modnes fortsat i et år eller mere.

## Normalt i de første uger

- Stramhed og hævelse, det meste i de første to uger
- Implantater der sidder højt og føles faste i starten
- Ændringer i brystvortens følesans, som som regel falder til ro
- Ar der ser røde og hævede ud de første måneder

## Kontakt mit team med det samme, hvis De bemærker

- Feber over 38°C
- Det ene bryst pludselig mere hævet, rødt eller smertefuldt
- Væske fra et snit
- En smertefuld læg eller åndenød

10

# Risici og ærlige begrænsninger

Enhver kirurg, der præsenterer brystkirurgi som risikofri, informerer Dem ikke. Ikke at ryge er det vigtigste, De kan gøre for at beskytte Deres heling: jeg beder Dem stoppe fire uger før operation.

### Kapselkontraktur

Arvæv omkring et implantat, der strammer og gør det hårdt. God vævsdækning og konsekvent støtte, mens kapslen dannes, reducerer risikoen; når det sker, behandles det med en revision.

### Sårheling

Efter et løft eller en reduktion, oftest dér hvor arrene mødes under brystet. Serom, hæmatom, infektion og, sjældent, delvist tab af brystvorten er de øvrige risici.

### Følesans og amning

Brystvortens følesans ændrer sig ofte tidligt og vender som regel tilbage, men den kan blive nedsat. Amning er som regel mulig, men ingen kirurg kan garantere det.

### Implantat og form

Fejlplacering, rippling i tyndt væv og asymmetri. BIA-ALCL er sjælden og er primært forbundet med visse teksturerede implantater, hvilket er grunden til, at implantatet og producenten betyder noget.

### To ærlige begrænsninger

Implantater er ikke livslange enheder, og et løft eller en reduktion stopper ikke tiden. Graviditet, vægtændringer og alder ændrer stadig brystet; nogle patienter har brug for en revision et årti eller mere senere.

Ar er permanente. De falmer over ét til to år, men forsvinder ikke, og hvordan de ser ud, afhænger lige så meget af Deres hud som af min teknik.

11

# Sådan læser De før- og efterbilleder

Bryster er lette at forskønne på et foto: en push-up-bh, løftede arme, en drejning af skuldrene. En fair sammenligning viser Dem hele billedet.

## Hvad De skal se efter

- ✓ Samme kropsholdning, afstand og lys i begge fotos, med armene ned.
- ✓ Hvor brystvorten sidder på brystet, ikke kun hvor stort brystet er.
- ✓ Arrene: hvor de er, og hvor lange de er, ikke kun formen.
- ✓ Tidsstempler. Implantater sidder højt og fast i uger, og ar forbliver røde i måneder. Bed om at se seks og tolv måneder.

> Jeg anvender den samme regel på mine egne patienter. Den form De ser på dag fem, er ikke den form De kommer til at leve med; det resultat De lever med, er det ved måned seks.

12

# Spørgsmål De bør stille enhver kirurg

Kirurgen betyder mere end teknikken, og rammerne omkring operationen betyder lige så meget som selve operationen.

1. Er De speciallæge i plastikkirurgi, rekonstruktiv og æstetisk kirurgi, og hvilke selskaber er De medlem af?
2. Hvilken operation anbefaler De til mig, og hvorfor ikke alternativerne?
3. Hvordan valgte De implantatets størrelse, type og placering til min krop?
4. Hvilken producent laver implantatet, og hvilken garanti følger med?
5. Hvor præcist vil mine ar være, og hvorfor det mønster?
6. Hvordan beskytter De brystvortens følesans og muligheden for amning?
7. Hvem kontrollerer mig i Istanbul efter operationen, og hvem kontakter jeg, når jeg er hjemme?
8. Hvad er præcist inkluderet i prisen?

### Advarselsflag

- En pris før nogen har set Deres fotografier
- En implantatstørrelse valgt ud fra et foto eller et cc-tal
- Kun et implantat til et bryst, der tydeligt er faldet
- Et tilbud der ikke angiver implantatproducenten

13

# Pris og hvordan De får et tilbud

Jeg offentliggør ikke én enkelt pris, fordi der ikke findes én enkelt brystoperation. Kirurgi i Istanbul koster væsentligt mindre end i Storbritannien, Tyskland eller resten af EU, fordi de lokale driftsomkostninger er lavere, ikke fordi der udelades noget i operationsstuen.

## Hvad der former Deres tilbud

- Operationen: forstørrelse, løft, løft med implantater eller reduktion
- Implantaterne, med producent og garanti angivet
- Tilføjet fedtoverførsel eller fedtsugning
- Om det kombineres med anden kirurgi, og hospitalsopholdet

## Sådan får De Deres tilbud

### 1
### Send Deres fotografier

Forfra- og sidebilleder, stående afslappet med armene ned, samt Deres højde, vægt og bh-størrelse.

### 2
### Videosamtale

Vi gennemgår, hvad De ønsker, hvad Deres krop har brug for, og Deres spørgsmål.

### 3
### Skriftligt tilbud

Deres plan og Deres tilbud på skrift, inklusive hospitalet, anæstesien, implantaterne, patologi efter en reduktion, opfølgning i Istanbul og postoperativ kontakt.

14

# Om Dr. Aydınol



Jeg gennemførte min speciallægeuddannelse i plastikkirurgi, rekonstruktiv og æstetisk kirurgi ved Dicle University (2012 til 2017) og har drevet egen klinik i Istanbul siden 2020. Mit arbejde omfatter ansigtsforyngelse, næseoperationer, brystkirurgi og kropskonturering, altid med samme regel: den rette procedure på det rette tidspunkt, eller et ærligt nej.

Patienter fra Tyskland, Italien, Storbritannien, Mellemøsten og mange andre lande rejser til Istanbul for at blive opereret hos mig. Mit team og jeg planlægger hele rejsen omkring operationen.

- 10.000+ indgreb
- ISAPS-medlem
- Turkish Society of Plastic Reconstructive and Aesthetic Surgeons
- Rhinoplasty Society of Europe
- Godkendelse til sundhedsturisme, Turkish Ministry of Health

## Deres næste skridt

Send et par fotografier på WhatsApp. Fortæl mig, hvad der generer Dem mest, så fortæller jeg Dem ærligt, hvad jeg vil anbefale.


| | |
|---|---|
| WHATSAPP | +90 544 772 07 72 |
| E-MAIL | info@mustafaaydinol.com |
| KLINIK | Yeşilçimen Sokak No:12, Polat Tower Residence K:2 D:20, Fulya, Şişli, Istanbul |


Skriv til os på WhatsApp

Planlæg Deres heling

Brystkirurgi

Denne guide er generel information og erstatter ikke en personlig lægelig konsultation. Deres plan, operationen og Deres heling afhænger af Deres egen undersøgelse.