Dr. Mustafa Aydınol

Udgave: september 2026

PATIENTVEJLEDNING

Ansigtsløftningsguiden

Det, jeg forklarer alle patienter før en ansigtsløftning i Istanbul: hvilken operation passer til hvilket ansigt, hvordan Deres uge her ser ud, og hvordan De vurderer enhver kirurg, inklusive mig.



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

Ansigtsløftning er den operation, hvor ordene på en kliniks hjemmeside fortæller Dem mest om, hvad der faktisk vil ske i operationsstuen. SMAS, deep plane, endoskopisk, mini, mid-face: disse termer beskriver forskellige operationer med forskellige resultater og forskellige forløb, og de bruges ofte, som om de betød det samme.

Denne guide er mit forsøg på at gøre dem klare. Den forklarer, hvad jeg gør og hvorfor, hvordan Deres ophold i Istanbul ser ud dag for dag, hvordan helingen reelt er, når De er hjemme, og hvilke spørgsmål De bør stille enhver kirurg, før De beslutter Dem.

Læs den i Deres eget tempo. Når De er klar, så send mig et par fotografier, og jeg vil ærligt fortælle Dem, om Deres ansigt har brug for et mid-face lift, en fuld deep plane-ansigtsløftning eller slet ingenting endnu.

Dr. Mustafa Aydınol

I denne guide

01 Hvad en ansigtsløftning gør, og hvad den ikke gør

02 SMAS og deep plane: hvad ordene betyder

03 Hvilken operation passer til Deres ansigt

04 Resultater fra min klinik

05 Er De en god kandidat?

06 Operationen

07 Deres uge i Istanbul

08 Efter De flyver hjem

09 Risici og ærlige begrænsninger

10 Sådan læser De før- og efterbilleder

11 Spørgsmål De bør stille enhver kirurg

12 Pris og hvordan De får et tilbud

13 Om Dr. Aydınol og Deres næste skridt

01

Hvad en ansigtsløftning gør, og hvad den ikke gør

En moderne ansigtsløftning er ikke en hudopstrammende operation. Den repositionerer de dybere strukturer i ansigtet, som er sunket med alderen, og først derefter lægges huden tilbage over dem, med meget lidt spænding i selve huden.

Jeg vurderer hvert ansigt i tre dele

Position

Nedsynkning af de dybe væv: hængende kinder, hamsterposer, en blødere kæbelinje, en løs hals. Det er dette, en ansigtsløftning korrigerer.

Volumen

Tab af ansigtsfedt: indsunkne kinder, fordybninger under øjnene. Det kræver fedttransplantation, ikke løft.

Hudkvalitet

Fine linjer, tekstur, mathed, tidlig slaphed. Fotona-laser og mesoterapi behandler dette, ikke kirurgi.

Hvad en ansigtsløftning ikke vil gøre

- Den genskaber ikke tabt volumen og fornyer ikke hudens overflade. De fleste ansigter ældes på mere end én måde, og derfor kombineres en ansigtsløftning ofte med noget andet, og derfor er den nogle gange det forkerte svar.
- Den stopper ikke aldring. Den stiller uret tilbage, og Deres ansigt fortsætter med at ældes naturligt fra sit nye udgangspunkt.
- Botox og fillers kan ikke erstatte den. Filler giver volumen, men kan ikke flytte væv, der er sunket; bruges det i stedet for kirurgi i et ansigt med nedsynkning, får det ofte ansigtet til at se tungere ud.

Ingen reel nedsynkning endnu? Så har De måske ikke brug for et løft

Fotona 4D-laser

Fire lasermodes i én session, inklusive et trin indefra munden. Gradvis opstramning og bedre tekstur med minimal downtime; bedst ved tidlige forandringer og til vedligehold efter en ansigtsløftning.

Mesoterapi

Hyaluronsyre, vitaminer og peptider leveret lige under huden for at fugte og give glød. En behandling af hudkvalitet, ofte kombineret med Fotona.

Den ærlige grænse: Ingen laser eller injektion kan løfte hamsterposer, der strukturelt er sunket, eller fjerne reelt løs hud. Hvis Deres undersøgelse viser det, siger jeg det. mustafaaydinol.com/da/fotona-4d-ikke-kirurgisk-ansigtsforyngelse-i-istanbul/

02

SMAS og deep plane: hvad ordene betyder

Enhver moderne ansigtsløftning arbejder på SMAS, det muskulære og fibrøse lag under ansigtets hud, som hænger med alderen. Forskellen mellem teknikkerne er ikke, om de berører SMAS, men hvordan.

SMAS-løft (plikation)

Huden løftes fra ansigtet, og SMAS-laget under strammes fra overfladen med suturer, eller en strimmel af det fjernes. Hos den rette patient, med lettere væv, mild til moderat slaphed og aldring koncentreret langs kæbelinjen, giver en veludført plikation fremragende, naturlige resultater.

Deep plane ansigtsløft

Dissektionen går under SMAS. De ligamenter, der fastholder ansigtet, frigøres, og hud og SMAS flyttes sammen som én blok, repositioneret opad frem for trukket bagud. Spændingen ligger i det dybe lag, ikke i huden, så ansigtet ser udhvilet ud frem for trukket.

Er deep plane altid bedre?

Ikke automatisk. SMAS er et lag; deep plane er en teknik. En veludført SMAS-plikation hos en velvalgt patient slår en dårligt udført deep plane. Deep plane-teknikkens fordel ses i midtansigtet og ved mere avanceret nedsynkning. Udførelsen betyder mere end betegnelsen.

Alle ansigtsløft, jeg udfører, er deep plane-operationer. Det valg, jeg træffer fra sag til sag, handler ikke om planet; det handler om omfanget og adgangen.

03

Hvilken operation passer til Deres ansigt

Ca. 2 til 3 timer

Endoskopisk midtansigtsløft

Ved aldring i midtansigtet: nedsunkne kinder, dybere nasolabiale folder, fordybninger under øjnene, men en skarp kæbelinje og hals. Gennem små snit skjult i hårgrænsen frigøres midtansigtet og løftes lodret med et kamera. Der er intet synligt ar foran øret.

Ca. 6 til 7 timer

Deep plane fuldt ansigtsløft

Ved hamsterposer, løs hud langs kæben og nedsynkning i hele ansigtet. Snittet lægges diskret rundt om øret; deep plane frigøres fra kind til kæbelinje, og hele ansigtet repositioneres. Det er det, de fleste mener med en ansigtsløftning.

Tilføjes kun, hvis det er nødvendigt

Halsløft, når halsen har brug for det

Tilføjes ved løs hud under hagen, halsbånd/strenge eller en udvisket vinkel mellem kæbe og hals. Hvis Deres hals stadig er stram, tilføjer jeg det ikke. Et længere operationsnavn hjælper ingen.

Ofte planlagt i samme operation

- Øvre og nedre øjenlågsoperation (blefaroplastik)
- Canthopexy, for at støtte øjets ydre hjørne
- Tindingeløft eller pandeløft
- Fedttransplantation, for at genskabe tabt volumen

> Kombinationer planlægges på forhånd som én operation og én helingsperiode. Intet tilføjes i sidste øjeblik.

04

Resultater fra min klinik

Det er mine egne patienter. Hvert foto er mærket med præcis, hvad der blev gjort, intet mere.







Én patient, tre vinkler

Ansigtsløft

Den samme patient før operation (venstre i hvert par) og efter (højre), fotograferet forfra, i vinkel og i profil. At vurdere en ansigtsløftning ud fra én flatterende vinkel er ikke nok; kæbelinjen og halsen viser sandheden i profil.

Flere resultater



Deep plane-ansigtsløftning, halsløft og læbeløft

Før operation, med de præoperative markeringer (venstre), og efter (højre).



Blefaroplastik, Botox og Fotona 4D-laser

Når problemet er øjenlågene og hudkvaliteten snarere end nedsynkning, er svaret ikke en ansigtsløftning.



PATIENTHISTORIE

Hun kom tilbage år efter sin egen operation, denne gang med sin søster til en ansigtsløftning.

Video på persisk

Scan for at se

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

05

Er De en god kandidat?

Der findes ingen rigtig alder for en ansigtsløftning. Det reelle spørgsmål er, om Deres ansigt viser de strukturelle forandringer, som kirurgi kan korrigere, og om De er sund nok til fuld narkose.

De fleste af mine ansigtsløftningspatienter falder i tre grupper

40'erne og 50'erne, nedsynkning i midtansigtet

Får alle steder at vide, at de er for unge til en ansigtsløftning. Det endoskopiske mid-face lift findes netop til dem.

50'erne til 70'erne, nedsynkning i hele ansigtet

Den fulde deep plane-ansigtsløftning, ofte kombineret med øjenlågsoperation og, når det er nødvendigt, et halsløft.

Mænd

Snittene tager hensyn til skæglinjen, og målet er som regel mere konservativt: et friskere, mere vågent ansigt frem for en dramatisk ændring.

Hvornår jeg vil sige nej, eller ikke endnu

- Deres bekymring er primært hudkvalitet, fine linjer eller tidlig slaphed. En ansigtsløftning er det forkerte værktøj; det vil jeg sige, og i stedet foreslå Fotona-laser eller mesoterapi.
- De ryger eller bruger nikotin. Huden ved en ansigtsløftning er afhængig af sin blodforsyning, og nikotin er et reelt problem ved netop denne operation. De skal stoppe i god tid før operationen.
- De er stadig i gang med at tabe Dem, for eksempel på vægttabsmedicin. Jeg opererer ikke, mens vægten stadig falder; den bør være stabil i mindst tre til seks måneder, før vi planlægger ansigtet.
- De beder om et resultat, De har set hos en anden, især et tidligt foto. En plan bygget på en andens ansigt, eller en andens hævelse, er bygget på en illusion.

06

Operationen

BEDØVELSE

Fuld narkose

VARIGHED

Mid-face: ca. 2 til 3 timer. Hele ansigtet: ca. 6 til 7 timer

HOSPITAL

Én nat på hospital efter operationen

SUTURER

Resorberbare; der er ingen suturer, der skal fjernes, efter De er fløjet hjem

> At frigøre og repositionere det dybe lag i hele ansigtet er langsomt, omhyggeligt arbejde. Det er præcis den del, jeg nægter at skynde mig med.

Det hæmostatiske net

Om der anvendes dræn, afhænger af den konkrete sag. Ofte gør et hæmostatisk net dem unødvendige: en fin, midlertidig "quilting" af suturer på tværs af det behandlede område, som lukker det rum, hvor væske ellers ville samle sig, fordeler trykket jævnt og beskytter huden de første dage.

Det ser usædvanligt ud på fotografier, og patienter bliver nogle gange urolige, når de først ser det online. Det fjernes smertefrit på dag tre, og det reducerer også blå mærker.

07

Deres uge i Istanbul

Fem til syv dage i Istanbul er nok til en ansigtsløftning.

Dag 0

Operation

Deres operation, efterfulgt af én nat på hospital under observation.

Dag 1 til 3

Hvile på Deres hotel

De bærer en kompressionsbandage og tynde tape-strips langs snitlinjerne, samt det hæmostatiske net, hvis der blev lagt et. Mit team er i kontakt med Dem hver dag.

Dag 3

Net og dræn ud

Nettet tages af, dræn fjernes, hvis der blev brugt nogen, og jeg kontrollerer Deres ansigt.

Dag 5 til 7

Sidste kontrol, derefter hjem

En sidste kontrol, før De rejser, og så flyver De hjem.

Helingsplanlægger

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

08

Efter De flyver hjem

Omkring 2 uger

De fleste patienter ser præsentable ud i almindeligt selskab og er tilbage ved skrivebordsarbejde.

Uge 4 til 6

Træning kan genoptages. Indtil da bør De undgå hård anstrengelse og alt, der får Deres blodtryk til at stige kraftigt.

De første måneder

Hævelsen falder gradvist. Midlertidig følelsesløshed i kinder og ører samt noget stramhed ved store ansigtsudtryk aftager i samme periode.

6 til 12 måneder

Det ærlige kontrolpunkt. Hævelsen er væk, arrene er modnet, og det er her, resultatet bør vurderes.

Normalt i de første uger

- Hævelse og blå mærker, som kan bevæge sig ned mod halsen
- Stramhed og en følelse af tryk
- Pletvis følelsesløshed omkring kinder og ører
- Let asymmetri i hævelsen mellem de to sider

Kontakt mit team med det samme, hvis De bemærker

- Pludselig hævelse på den ene side eller smerter, der hurtigt bliver værre
- Feber eller rødme, der breder sig
- Væske fra et snit
- Ny svaghed i en del af ansigtet

09

Risici og ærlige begrænsninger

Enhver operation har risici. Dette er dem, der betyder noget ved ansigtsløftning, og hvordan de håndteres.

Hæmatom

Blødning under huden, mest sandsynligt i de første timer efter operationen. Derfor bliver De natten over på hospital.

Svaghed i ansigtsnerven

Midlertidig svaghed i en gren af ansigtsnerven. Det er sjældnere ved deep plane-kirurgi udført af kirurger, der rutinemæssigt arbejder i dette plan, fordi nerverne ses og beskyttes frem for at blive omgået "blindt".

Følelsesløshed

Følelsesløshed i kinder og ører er almindeligt og aftager over måneder.

Ar

En ansigtsløftning efterlader ar; enhver, der siger andet, sælger noget. De følger de naturlige konturer omkring øret og ind i hårgrænsen, og hos de fleste patienter er de svære at finde, når de er helet.

To ærlige begrænsninger

Et ansigtsløft nulstiller uret; det stopper det ikke. Repositioneringen er varig, og de fleste patienter oplever, at effekten holder i omkring et årti, med naturlig aldring frem for at "springe tilbage".

Rygning er et reelt problem ved ansigtsløftning specifikt. Hvis De ryger, så læs venligst min guide til rygning og kirurgi, før De planlægger noget.

10

Sådan læser De før- og efterbilleder

Næsten enhver ansigtsløftning ser fantastisk ud efter tre måneder, også resultater der ikke vil holde. På det tidspunkt udfylder resthævelse fine linjer og udglatter konturer; den udfører en del af kirurgens arbejde.

Hvad De skal se efter

- ✓ Tidsstempler. Bed om at se den samme patient efter tolv måneder, ikke kun efter seks uger.
- ✓ Hårgrænsen, øreflippen og området lige foran øret. Det er her, genveje viser sig, når hævelsen er væk.
- ✓ Identisk belysning og vinkel i før og efter. Flatterende lys gør mere arbejde, end de fleste er klar over.
- ✓ Ansigtet i hvile og i bevægelse, ikke kun nøje udvalgte stillbilleder.

Jeg bruger samme regel for mine egne patienter: Hvis De elsker Deres ansigt efter tre måneder, så vent til måned tolv, før De vurderer det. Og bed mig, som De bør bede enhver kirurg, om fotos taget efter tolv måneder.





Hvor De skal kigge: området omkring øret

Et helet snit efter ansigtsløftning fra min praksis. Arret følger den naturlige kontur foran og omkring øret, hvilket er præcis dér, en forhastet operation afslører sig.

11

Spørgsmål De bør stille enhver kirurg

Kirurgen betyder mere end teknikken, og strukturen omkring operationen betyder mest af alt. Stil disse spørgsmål til enhver kirurg, De overvejer, inklusive mig.

1. Er De speciallæge i plastikkirurgi, rekonstruktiv og æstetisk kirurgi, og hvilke selskaber er De medlem af?
2. Hvilken teknik anbefaler De til mit ansigt, og hvorfor netop den frem for en anden?
3. Vil De personligt udføre hele operationen?
4. Hvor præcist vil jeg blive opereret, og bliver jeg natten over på hospital?
5. Hvor længe vil operationen vare, og hvad tilføjes der til den, hvis noget?
6. Kan jeg se resultater efter tolv måneder, ikke kun i de første uger?
7. Hvilke komplikationer ser De, og hvordan håndteres de, hvis de opstår, efter jeg er fløjet hjem?
8. Er mit tilbud skriftligt, og angiver det præcis, hvad der er inkluderet?

Advarselsflag

- En pris før nogen har set Deres fotografier
- Pres for at beslutte hurtigt eller betale et depositum i dag
- Garanterede resultater eller kraftigt filtrerede fotos
- Ingen navngiven kirurg eller ingen klar plan for efterbehandling

12

Pris og hvordan De får et tilbud

En deep plane-ansigtsløftning i Istanbul koster væsentligt mindre end den samme operation i London, Tyskland eller USA. Forskellen skyldes lokale driftsomkostninger, ikke selve operationen.

Hvad der former Deres tilbud

- Mid-face lift eller fuld deep plane-ansigtsløftning
- Om der tilføjes halsløft, øjenlågsoperation, canthopexy eller pandeløft
- Operationstid og hospitalsophold

Sådan får De Deres tilbud

1

Send Deres fotografier

Forfra og i profil, afslappet og smilende. Det er nok til en første vurdering.

2

Videosamtale

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

3

Skriftligt tilbud

De modtager Deres plan og Deres tilbud skriftligt, med en præcis liste over, hvad der er inkluderet.



13

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

Deep plane-ansigtsløftning

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