Dr. Mustafa Aydınol

ویرایش: سپتامبر ۲۰۲۶

راهنمای بیمار

راهنمای جراحی پلک

آنچه قبل از بلفاروپلاستی در استانبول به هر بیمار توضیح می‌دهم: پلک‌های بالا یا پایین، زمانی که ابرو مشکل اصلی است، زمانی که چربی تغییر موقعیت می‌یابد و زمانی که حذف می‌شود، و دوره نقاهت شما واقعاً چگونه است.



دکتر مصطفی آیدینول

جراح پلاستیک، ترمیمی و زیبایی، استانبول

عضو ISAPS

انجمن جراحان پلاستیک، ترمیمی و زیبایی ترکیه

مجوز گردشگری سلامت، وزارت بهداشت ترکیه

قبل از شروع

بیماران امروز می‌خواهند سرحال به نظر برسند، نه متفاوت. بلفاروپلاستی خوب همان اقدامی است که دوستان متوجه‌اش می‌شوند، بدون اینکه بتوانند بگویند دقیقاً چه چیزی تغییر کرده است.

بسیاری از بیمارانی که درباره جراحی پلک از من سؤال می‌کنند، در واقع مشکل پلک ندارند. افتادگی ابرو، پوست اضافی پلک، کیسه‌های چربی و کیفیت پوست می‌توانند در آینه شبیه به هم به نظر برسند و هر کدام نیاز به درمان متفاوتی دارند. این راهنما توضیح می‌دهد که چگونه آنها را از هم تشخیص می‌دهم.

آن را با سرعت خود بخوانید. وقتی آماده شدید، چند عکس برایم بفرستید و من صادقانه به شما خواهم گفت که آیا اصلاً به جراحی نیاز دارید یا خیر، و اگر نیاز دارید، چه نوع جراحی.

دکتر مصطفی آیدینول

در این راهنما

01 جراحی پلک چه کارهایی می‌تواند انجام دهد و چه کارهایی نمی‌تواند

02 پلک یا ابرو: تست آینه

03 جراحی پلک بالا و پایین

04 آیا شما کاندیدای مناسبی هستید؟

05 عمل جراحی

06 روزهای شما در استانبول

07 پس از بازگشت به خانه

08 خطرات و محدودیت‌های واقعی

09 چگونه عکس‌های قبل و بعد را بخوانیم

10 سوالاتی که باید از هر جراحی بپرسید

11 هزینه و نحوه دریافت قیمت

12 درباره دکتر آیدینول و گام بعدی شما

01

جراحی پلک چه کارهایی می‌تواند انجام دهد و چه کارهایی نمی‌تواند

بلفاروپلاستی پوست اضافی پلک بالایی را برطرف می‌کند و کیسه‌های زیر چشم ناشی از بیرون‌زدگی چربی را اصلاح می‌کند. این عمل، ظاهر خسته، سنگین یا غمگین را که این مشکلات ایجاد می‌کنند، تغییر می‌دهد و چشم‌ها را بازتر نشان می‌دهد.

من هر ناحیه چشم را در سه بخش ارزیابی می‌کنم

پلک بالا

افتادگی و پوست اضافی. در موارد پیشرفته، روی مژه‌ها قرار می‌گیرد و حتی می‌تواند میدان دید بالایی را محدود کند.

پلک پایین

کیسه‌های ناشی از بیرون‌زدگی چربی، گودی زیر آنها، و میزان استحکام پلک و گوشه بیرونی آن.

ابرو

ابروی افتاده شبیه پلک‌های سنگین به نظر می‌رسد. اگر فقط پوست پلک برداشته شود، ابرو بیشتر افتاده می‌شود، بنابراین ابتدا آن را ارزیابی می‌کنم.

جراحی پلک چه کارهایی انجام نخواهد داد

- چین و چروک‌های پنجه کلاغی و دینامیک را درمان نمی‌کند.
- سیاهی دور چشم ناشی از رنگدانه را درمان نمی‌کند، نه سایه.
- ابروی افتاده را بالا نمی‌برد یا کیفیت و بافت پوست را بهبود نمی‌بخشد. این موارد نیاز به لیفت ابرو، لیزر یا درمان‌های ترمیمی دارند.

تغییرات خفیف؟ شاید جراحی پاسخ نباشد

شل‌شدگی خفیف

در مواردی که پوست فقط کمی شل است، Endolift یا Fotona SmoothEye می‌توانند آن را بدون جراحی سفت کنند.

کیفیت پوست و حلقه‌ها

درمان با اگزوزوم، پیوند چربی و لیزر کیفیت پوست را بهبود می‌بخشند. آنها مکمل‌های صادقانه جراحی هستند، نه جایگزین آن.

مرز واقعی: درمان‌های لیزر و پلاسما می‌توانند پوست کمی شل را سفت کنند، اما نمی‌توانند افتادگی یا کیسه‌های چربی را از بین ببرند. mustafaaydinol.com/fa/جوانسازی-پریاوربیتال-و-درمان-سیاه/

02

پلک یا ابرو: تست آینه

بسیاری از بیمارانی که درباره جراحی پلک از من سؤال می‌کنند، در واقع مشکل پلک ندارند. برداشتن پوست پلک در حالی که ابرو افتاده است، باعث افتادگی بیشتر ابرو می‌شود، بنابراین اولین سوال همیشه این است که سنگینی از کجا می‌آید.

خودتان امتحان کنید

در آینه نگاه کنید و به آرامی ابروی خود را با یک انگشت بالا ببرید. اگر سنگینی از بین رفت، مشکل از ابرو است. اگر هنوز چین پوستی روی مژه‌ها آویزان است، مشکل از پلک است.

وقتی هر دو مشکل وجود دارد

بیشتر بیماران بالای پنجاه سال هر دو مشکل را دارند. لیفت ابرو یا شقیقه همراه با بلفاروپلاستی محافظه‌کارانه پلک بالا، نتیجه طبیعی‌تر و ماندگارتری نسبت به بلفاروپلاستی تهاجمی به تنهایی می‌دهد و نیاز به برداشتن پوست کمتری از پلک است.

چه چیزی برایم بفرستید

یک عکس مستقیم با حالت خنثی، و یک عکس با انگشتی که هر ابرو را بالا می‌برد. این معمولاً برای من کافی است تا به شما بگویم که آیا به عمل پلک، عمل ابرو یا هر دو نیاز دارید.

برداشتن بیش از حد تهاجمی پوست یا چربی، ظاهری گود یا متعجب ایجاد می‌کند که بازگرداندن آن دشوار است. چشم‌ها باید همان چشم‌ها به نظر برسند، اما استراحت کرده.

جراحی پلک بالا و پایین

جای زخم در چین پلک

بلفاروپلاستی پلک بالا

یک بیضی دقیق از پوست اضافی از طریق برشی که در چین پلک پنهان شده است، برداشته می‌شود. در صورت نیاز، یک نوار کوچک از عضله یا کمی چربی نیز مورد توجه قرار می‌گیرد.

متناسب با پلک

چربی: برداشته می‌شود، جابه‌جا می‌شود یا هر دو

من هر کیسه پلک پایین را به یک شکل درمان نمی‌کنم. بسته به نیاز پلک، چربی برداشته می‌شود، به فرورفتگی زیر کیسه منتقل می‌شود یا هر دو، تا هیچ ظاهر فرورفته‌ای باقی نماند.

بدون جای زخم خارجی

پلک پایین، از داخل

هنگامی که پوست اضافی وجود ندارد، کل عمل از طریق داخل پلک، با رویکرد ترانس‌کونژونکتیوال، انجام می‌شود و هیچ جای زخم قابل مشاهده‌ای باقی نمی‌گذارد.

هنگامی که پوست اضافی وجود دارد

پلک پایین، زیر مژه‌ها

هنگامی که پلک پایین نیز پوست اضافی دارد، برش درست زیر خط مژه پنهان می‌شود و یک نوار محافظه‌کارانه از پوست برداشته می‌شود.

کانتوپکسی

حمایت کانتال

وقتی گوشه خارجی افتاده باشد یا پلک شل باشد، ممکن است در همان جلسه برای حمایت، کانتوپکسی هم اضافه شود؛ این را قبل از جراحی با هم تصمیم می‌گیریم. در پلک شل، عمل بدون آن حمایت، خطر کشیده شدن پلک به پایین را دارد.

اغلب همراه با

لیفت ابرو یا شقیقه

هنگامی که ابرو بخشی از مشکل است، لیفت ابرو یا شقیقه اغلب همراه با بلفاروپلاستی پلک بالا، در یک جلسه انجام می‌شود.

اغلب در همان عمل برنامه‌ریزی می‌شود

- لیفت صورت یا لیفت گردن، زیرا میانه صورت و پلک‌های پایین با هم پیر می‌شوند
- لیفت ابرو یا شقیقه
- رینوپلاستی، لیفت لب یا سایر اقدامات زیبایی صورت
- اقدامات زیبایی بدن، زمانی که لیفت صورت برنامه‌ریزی نشده است

لیفت صورت هرگز با جراحی بدن ترکیب نمی‌شود، بنابراین پلک‌هایی که با لیفت صورت برنامه‌ریزی شده‌اند، در جلسه صورت انجام می‌شوند. ترکیبات از قبل برنامه‌ریزی می‌شوند، به عنوان یک عمل و یک دوره بهبودی.

04

آیا شما کاندیدای مناسبی هستید؟

بهترین کاندیداها از سلامت عمومی خوبی برخوردارند، از افتادگی یا کیسه‌های ساختاری ناراحت هستند و امیدوارند به جای تغییر ظاهر، استراحت کرده به نظر برسند.

بیشتر بیماران پلک من در سه گروه قرار می‌گیرند

افتادگی پلک‌های بالا

افتادگی قابل مشاهده، سختی در کشیدن خط چشم، احساس سنگینی در پایان روز، یا بالا بردن ناخودآگاه ابروها برای باز نگه داشتن چشم‌ها.

کیسه‌های زیر چشم

کیسه‌های ناشی از بیرون‌زدگی چربی. این مشکل به کرم‌ها، خواب یا فیلرها به‌صورت ماندگار پاسخ نمی‌دهد، چون ساختاری است.

ابرو و پلک‌ها با هم

بیشتر بیماران بالای پنجاه سال. لیفت ابرو یا شقیقه همراه با بلفاروپلاستی محافظه‌کارانه، اغلب در یک جلسه.

چه زمانی من نه خواهم گفت، یا هنوز نه

- پلک‌های سنگین شما در واقع ابروی افتاده هستند. برداشتن پوست پلک آن را بدتر می‌کند، بنابراین به جای آن ابرو ارزیابی می‌شود.
- سیاهی دور چشم شما ناشی از رنگدانه است، نه سایه. جراحی رنگ را تغییر نمی‌دهد.
- شما ظاهر اغراق‌آمیز تصاویر فیلتر شده را می‌خواهید. هیچ عملی به طور طبیعی آن را ارائه نمی‌دهد، و من این را به صراحت خواهم گفت.
- یک درمان کوچک‌تر و غیرجراحی برای شما بهتر خواهد بود. من به شما خواهم گفت، زیرا درمان کوچک‌تر و مناسب، نتایج را طبیعی نگه می‌دارد.

05

عمل جراحی

بیهوشی

پلک‌های بالا اغلب با بی‌حسی موضعی و آرام‌بخش خفیف؛ پلک‌های پایین یا ترکیبی، آرام‌بخش عمیق‌تر یا بیهوشی عمومی

زمان عمل

۴۵ دقیقه تا ۲ ساعت؛ حمایت کانتال ۱۵ تا ۲۰ دقیقه اضافه می‌کند

بیمارستان

فقط پلک‌های بالا: معمولاً یک روزه. پلک‌های پایین یا هر چهار پلک: معمولاً یک شب

بخیه‌ها

در استانبول، از روز ۵، ترجیحاً روز ۷ برداشته می‌شوند

مشاوره و جراحی را شخصاً انجام می‌دهم. به ویژه در مورد پلک پایین، تجربه جراح باید در تصمیم‌گیری شما وزن بیشتری نسبت به قیمت داشته باشد.

جای زخم‌ها

جای زخم پلک بالا در چین طبیعی پلک قرار می‌گیرد. پس از بهبود کامل، زمانی که چشم‌ها باز هستند، اساساً نامرئی است.

پلک پایینی که از داخل عمل شده باشد، هیچ جای زخم خارجی باقی نمی‌گذارد؛ پلک پایینی که از بیرون عمل شده باشد، درست زیر خط مژه پنهان می‌شود. از درن استفاده نمی‌شود.

06

روزهای شما در استانبول

حدود یک هفته در استانبول برنامه‌ریزی کنید.

روز ۰

جراحی

عمل جراحی شما. فقط پلک‌های بالا معمولاً یک روزه هستند؛ پس از جراحی پلک پایین یا چهار پلک، معمولاً یک شب در بیمارستان می‌مانید. کمپرس سرد بلافاصله شروع می‌شود.

روزهای ۱ تا ۴

هتل

سر بالا، بدون خم شدن یا بلند کردن. تورم و کبودی به اوج خود می‌رسند. کمپرس سرد برای ۴۸ تا ۷۲ ساعت اول، قطره و پماد دقیقاً طبق دستور، استفاده از صفحه نمایش فقط برای مدت کوتاه، و پیاده‌روی کوتاه هر روز.

روزهای ۵ تا ۷

برداشتن بخیه‌ها

بخیه‌های شما در معاینه نهایی، زودتر از روز پنجم و ترجیحاً در روز هفتم برداشته می‌شوند.

پس از معاینه

پرواز به خانه

بیشتر بیماران بین روز پنجم تا هفتم به خانه پرواز می‌کنند. در فضای باز برای محافظت در برابر آفتاب و باد از عینک آفتابی استفاده کنید.

برنامه‌ریز بهبودی

از برنامه‌ریز بهبودی در وب‌سایت من استفاده کنید تا تاریخ جراحی خود را به یک تقویم روز به روز برای سفر خود تبدیل کنید. mustafaaydinol.com/fa/برنامه‌ریز-ریکاوری/

پس از بازگشت به خانه

حدود ۲ هفته

کبودی تا حد زیادی در روزهای ده تا چهارده برطرف می‌شود؛ پس از جراحی چهار پلک ممکن است دو تا سه هفته طول بکشد. کار پشت میز از ۷ تا ۱۰ روز، و آرایش سبک چشم تقریباً از روز دهم. لنزهای تماسی (تا آن زمان عینک)، رانندگی، و ورزش‌های سنگین و بلند کردن اجسام سنگین از حدود روز چهاردهم.

۳ تا ۴ هفته

شنا، و حمام، استخر یا دریا، از حدود هفته سوم تا چهارم، پس از بهبود کامل برش‌ها.

۲ ماه

بیشتر تورم فروکش کرده است. جای زخم‌ها برای چندین ماه دیگر به بهبود خود ادامه می‌دهند.

حدود ۶ ماه

نتیجه نهایی. بیشتر بهبود پس از فروکش کردن کبودی در حدود دو هفته قابل مشاهده است، اما نتیجه نهایی چندین ماه طول می‌کشد.

عادی در هفته‌های اولیه

- تورم و کبودی که در روزهای اول به اوج خود می‌رسند
- خشکی یا آبریزش چشم برای چند روز
- تاری دید خفیف برای چند روز
- جای زخم‌های صورتی که در طول ماه‌های بعدی محو می‌شوند

در صورت مشاهده فوراً با تیم من تماس بگیرید

- درد یا تورم اطراف یک چشم که ناگهان افزایش می‌یابد
- هرگونه تغییر در بینایی شما
- تب بالای ۳۸ درجه سانتی‌گراد
- خونریزی که متوقف نمی‌شود

خطرات و محدودیت‌های واقعی

اثرات موقت شامل تورم، کبودی، خشکی یا آبریزش چشم و تاری دید خفیف برای چند روز است. عوارض جدی نادر هستند. سیگار نکشیدن از بهبود شما محافظت می‌کند: از شما می‌خواهم چهار هفته قبل از جراحی سیگار را ترک کنید.

خشکی یا آبریزش چشم

شایع و موقت. قطره‌ها و پمادهای روان‌کننده، دقیقاً طبق دستور، از چشم در حین بهبود محافظت می‌کنند.

عدم تقارن و جای زخم

نادر. جای زخم بالا در چین پلک قرار می‌گیرد و پس از بهبود کامل، زمانی که چشم‌ها باز هستند، اساساً نامرئی است.

موقعیت پلک پایین

به ندرت، لبه پلک پایین می‌تواند به سمت پایین کشیده شود یا گرد به نظر برسد. حمایت از پلک شل در همان عمل جراحی، روشی است که من برای کاهش این مشکل استفاده می‌کنم.

اصلاح بیش از حد

مشکل در بستن چشم‌ها، یا ظاهری گود و متعجب پس از برداشتن تهاجمی. هر دو دلیلی هستند که من به صورت محافظه‌کارانه برداشت می‌کنم.

دو محدودیت واقعی

نتایج پلک بالا معمولاً ده تا پانزده سال دوام دارند و بسیاری از بیماران هرگز عمل را تکرار نمی‌کنند. اصلاح چربی پلک پایین تقریباً دائمی است، اما پوست به پیری خود ادامه می‌دهد.

جراحی پلک، چین و چروک‌های پنجه کلاغی، رنگدانه یا کیفیت پوست را درمان نمی‌کند. این موارد نیاز به درمان‌های دیگری دارند، و من به شما خواهم گفت که کدام یک.

09

چگونه عکس‌های قبل و بعد را بخوانیم

نور ملایم، ابروهای بالا رفته یا لبخند می‌تواند تقریباً هر نتیجه جراحی پلک را خوب نشان دهد. یک مقایسه منصفانه، چشم‌ها را در حالت استراحت نشان می‌دهد.

به دنبال چه چیزی باشید

- ✓ نور یکسان و حالت خنثی در هر دو عکس، با چشم‌های باز و نگاه مستقیم به جلو.
- ✓ ابروها در یک موقعیت. ابروهای بالا رفته افتادگی را در عکس قبل پنهان می‌کنند.
- ✓ پلک پایین: یک منحنی طبیعی، نه گرد یا کشیده شده به پایین، و بدون گودی در جایی که کیسه بود.
- ✓ مهرهای زمانی. عکس‌های گرفته شده در دو هفته، نتیجه نهایی نیستند. درخواست کنید که چندین ماه را ببینید.

بلفاروپلاستی خوب همان اقدامی است که دوستان متوجه‌اش می‌شوند، بدون اینکه بتوانند بگویند دقیقاً چه چیزی تغییر کرده است. اگر قبل و بعد شبیه دو نفر متفاوت به نظر می‌رسند، این نتیجه‌ای نیست که من به دنبال آن هستم.

سوالاتی که باید از هر جراحی بپرسید

جراح مهم‌تر از تکنیک است، و ساختار اطراف جراحی به اندازه خود جراحی اهمیت دارد.

1. آیا شما در جراحی پلاستیک، ترمیمی و زیبایی گواهی دارید، و دقیقاً چه کسی جراحی را انجام می‌دهد؟
2. آیا مشکل من پلک است، ابرو یا هر دو؟
3. آیا چربی پلک‌های پایین من را برمی‌دارید یا تغییر موقعیت می‌دهید؟
4. آیا پلک پایین من در گوشه بیرونی نیاز به حمایت دارد؟
5. چه نوع بیهوشی خواهم داشت، و آیا در بیمارستان خواهم ماند؟
6. بخیه‌ها چه زمانی برداشته می‌شوند، و چه زمانی می‌توانم پرواز کنم؟
7. اگر پس از بازگشت به خانه نیاز به توجهی باشد چه اتفاقی می‌افتد؟
8. دقیقاً چه چیزی در قیمت گنجانده شده است؟

هشدارهای قرمز

- جراحی پلک پایین که فقط بر اساس قیمت انتخاب شده است
- برداشتن پوست پلک بدون توجه به ابرو برنامه‌ریزی شده است
- وعده ظاهری اغراق‌آمیز چشم روباهی
- عدم پاسخ روشن در مورد اینکه چه کسی عمل می‌کند

11

هزینه و نحوه دریافت قیمت

جراحی پلک در استانبول به طور قابل توجهی کمتر از اروپای غربی هزینه دارد. من پس از بررسی عکس‌های شما، نه قبل از آن، یک قیمت کتبی ارائه می‌دهم، زیرا برنامه قیمت را تعیین می‌کند.

چه چیزی قیمت شما را شکل می‌دهد

- پلک‌های بالا، پلک‌های پایین یا هر دو
- حذف یا تغییر موقعیت چربی، و هرگونه حمایت از گوشه خارجی
- بی‌حسی موضعی با آرام‌بخش، یا بیهوشی عمومی
- اقدامات ترکیبی، مانند لیفت ابرو یا شقیقه

چگونه قیمت خود را دریافت کنید

1

عکس‌های خود را ارسال کنید

یک عکس مستقیم با حالت خنثی، و یک عکس با انگشتی که هر ابرو را بالا می‌برد.

2

تماس تصویری

ما در مورد آنچه شما را آزار می‌دهد، آنچه چشم‌های شما نیاز دارند، و سوالات شما صحبت می‌کنیم.

3

قیمت کتبی

برنامه و قیمت شما به صورت کتبی، با ذکر دقیق آنچه شامل می‌شود.

درباره دکتر آیدینول



من آموزش تخصصی خود را در جراحی پلاستیک، ترمیمی و زیبایی در دانشگاه دجله (۲۰۱۲ تا ۲۰۱۷) به پایان رساندم و از سال ۲۰۲۰ مطب خود را در استانبول اداره می‌کنم. کار من شامل جوانسازی صورت، رینوپلاستی، جراحی سینه و کانتورینگ بدن است، همیشه با یک قانون: روش صحیح در زمان صحیح، یا یک نه صادقانه.

بیماران از آلمان، ایتالیا، بریتانیا، خاورمیانه و بسیاری کشورهای دیگر برای جراحی با من به استانبول سفر می‌کنند. تیم من و من کل سفر را حول عمل برنامه‌ریزی می‌کنیم.

+۱۰,۰۰۰ عمل

عضو ISAPS

انجمن جراحان پلاستیک، ترمیمی و زیبایی ترکیه

Rhinoplasty Society of Europe

مجوز گردشگری سلامت، وزارت بهداشت ترکیه

گام بعدی شما

چند عکس را در واتساپ ارسال کنید. به من بگویید چه چیزی شما را بیشتر آزار می‌دهد، و من صادقانه به شما خواهم گفت که چه چیزی را توصیه می‌کنم.

واتساپ +90 544 772 07 72

ایمیل info@mustafaaydinol.com

کلینیک Yeşilçimen Sokak No:12, Polat Tower Residence K:2 D:20, Fulya, Şişli, Istanbul

به ما در واتساپ پیام دهید

دوره نقاهت خود را برنامه‌ریزی کنید

جراحی پلک

این راهنما اطلاعات عمومی است و جایگزین مشاوره پزشکی شخصی نمی‌شود. برنامه شما، عمل و بهبودی شما به معاینه شخصی شما بستگی دارد.