



Dr. Mustafa Aydinol

Édition : septembre 2026

GUIDE PATIENT

Le guide du lifting

Ce que j'explique à chaque patient avant un lifting à Istanbul : quelle intervention correspond à quel visage, à quoi ressemble votre semaine ici, et comment évaluer tout chirurgien, y compris moi-même.

Dr. Mustafa Aydinol

Chirurgien plasticien, reconstructeur et esthétique, Istanbul

Membre de l'ISAPS

Société turque de chirurgie plastique reconstructrice et esthétique

Autorisation de tourisme médical, ministère turc de la Santé



Avant de commencer

Le lifting est l'intervention où les mots sur le site web d'une clinique vous en disent le plus sur ce qui se passera réellement au bloc opératoire. SMAS, plan profond, endoscopique, mini, mid-face : ces termes décrivent différentes interventions avec des résultats différents et des convalescences différentes, et ils sont souvent utilisés comme s'ils signifiaient la même chose.

Ce guide est ma tentative de les clarifier. Il explique ce que je fais et pourquoi, à quoi ressemble votre séjour à Istanbul jour par jour, à quoi ressemble réellement la convalescence une fois que vous êtes rentré chez vous, et les questions que vous devriez poser à tout chirurgien avant de décider.

Lisez-le à votre rythme. Lorsque vous serez prêt, envoyez-moi quelques photographies et je vous dirai honnêtement si votre visage nécessite un lifting du mid-face, un lifting complet en plan profond, ou rien pour le moment.

Dr. Mustafa Aydinol

Dans ce guide

- 01 Ce que fait un lifting, et ce qu'il ne fait pas
- 02 SMAS et plan profond : ce que signifient ces termes
- 03 Quelle intervention correspond à votre visage
- 04 Résultats de ma pratique
- 05 Êtes-vous un bon candidat ?
- 06 L'intervention
- 07 Votre semaine à Istanbul
- 08 Après votre retour
- 09 Risques et limites honnêtes
- 10 Comment lire les photos avant et après
- 11 Questions à poser à tout chirurgien
- 12 Coût et comment obtenir un devis
- 13 À propos du Dr Aydinol et votre prochaine étape

Ce que fait un lifting, et ce qu'il ne fait pas

Un lifting moderne n'est pas une intervention de retension cutanée. Il repositionne les structures profondes du visage qui sont descendues avec l'âge, et ce n'est qu'ensuite que la peau est redrapée par-dessus, avec très peu de tension sur la peau elle-même.

J'évalue chaque visage en trois parties

Position

Descente des tissus profonds : joues tombantes, bajoues, ligne mandibulaire adoucie, cou relâché. C'est ce qu'un lifting corrige.

Volume

Perte de graisse faciale : joues creuses, creux sous les yeux. Cela nécessite une greffe de graisse, pas un lifting.

Qualité de la peau

Ridules, texture, ternissement, relâchement précoce. Le laser Fotona et la mésothérapie traitent cela, pas la chirurgie.

Ce qu'un lifting ne fera pas

- Il ne restaure pas le volume perdu ni ne refait la surface de la peau. La plupart des visages vieillissent de plusieurs façons, c'est pourquoi un lifting est souvent combiné avec autre chose, et pourquoi c'est parfois la mauvaise réponse.
- Il n'arrête pas le vieillissement. Il remet les compteurs à zéro, et votre visage continue de vieillir naturellement à partir de son nouveau point de départ.
- Le Botox et les produits de comblement ne peuvent pas le remplacer. Le produit de comblement ajoute du volume mais ne peut pas déplacer les tissus qui sont tombés ; utilisé à la place de la chirurgie sur un visage descendu, il a tendance à alourdir le visage.

Pas encore de descente réelle ? Alors vous n'avez peut-être pas besoin d'un lifting

Laser Fotona 4D

Quatre modes laser en une seule séance, dont une étape depuis l'intérieur de la bouche. Raffermissment progressif et meilleure texture avec un temps de récupération minimal ; idéal pour les changements précoces et pour l'entretien après un lifting.

Mésothérapie

Acide hyaluronique, vitamines et peptides délivrés juste sous la peau pour l'hydrater et l'éclaircir. Un traitement de qualité de la peau, souvent combiné avec Fotona.

La limite honnête : aucun laser ni injection ne peut lifter des bajoues qui sont structurellement descendues ou retirer une peau véritablement relâchée. Si votre examen le montre, je vous le dirai. mustafaaydinol.com/fr/fotona-4d-rajeunissement-facial-non-chirurgical-a-istanbul/

SMAS et plan profond : ce que signifient ces termes

Chaque lifting moderne agit sur le SMAS, la couche musculaire et fibreuse sous la peau du visage qui s'affaisse avec l'âge. La différence entre les techniques ne réside pas dans le fait qu'elles touchent le SMAS, mais dans la manière dont elles le font.

Lifting SMAS (plication)

La peau est soulevée du visage et le SMAS en dessous est tendu depuis la surface avec des sutures, ou une bande en est retirée. Chez le bon patient, avec des tissus plus légers, un relâchement léger à modéré et un vieillissement concentré le long de la ligne mandibulaire, une plication bien exécutée donne d'excellents résultats naturels.

Lifting profond

La dissection se fait sous le SMAS. Les ligaments qui attachent le visage sont libérés, et la peau et le SMAS sont déplacés ensemble en un seul bloc, repositionnés vers le haut plutôt que tirés vers l'arrière. La tension se situe dans la couche profonde, pas dans la peau, de sorte que le visage paraît reposé plutôt que tiré.

Le plan profond est-il toujours meilleur ?

Pas automatiquement. Le SMAS est une couche ; le plan profond est une technique. Une plication SMAS bien exécutée chez un patient bien sélectionné surpasse un plan profond mal exécuté. L'avantage du plan profond se manifeste dans le mid-face et en cas de descente plus avancée. L'exécution compte plus que l'appellation.

Chaque lifting que j'effectue est une opération du plan profond. Le choix que je fais au cas par cas n'est pas le plan ; c'est l'étendue et l'accès.

Quelle intervention correspond à votre visage

Environ 2 à 3 heures

Lifting médio-facial endoscopique

Pour le vieillissement au milieu du visage : joues descendues, plis nasogéniens qui se creusent, creux sous les yeux, mais ligne mandibulaire et cou nets. Par de petites incisions cachées dans la ligne des cheveux, le mid-face est libéré et lifté verticalement avec une caméra. Il n'y a pas de cicatrice visible devant l'oreille.

Environ 6 à 7 heures

Lifting cervico-facial profond complet

Pour les bajoues, la peau relâchée le long de la mâchoire et la descente sur l'ensemble du visage. L'incision contourne discrètement l'oreille ; le plan profond est libéré de la joue à la mâchoire et l'ensemble du visage est repositionné. C'est ce que la plupart des gens entendent par lifting.

Ajouté seulement si nécessaire

Lifting du cou, lorsque le cou en a besoin

Ajouté en cas de peau relâchée sous le menton, de bandes cervicales ou d'angle mâchoire-cou émoussé. Si votre cou est encore net, je ne l'ajoute pas. Un nom d'intervention plus long n'aide personne.

Souvent prévu dans la même intervention

- Chirurgie des paupières supérieures et inférieures (blépharoplastie)
- Canthopexie, pour soutenir le coin externe de l'œil
- Lifting temporal ou des sourcils
- Greffe de graisse, pour restaurer le volume perdu

Les combinaisons sont planifiées à l'avance, comme une seule intervention et une seule convalescence. Rien n'est ajouté à la dernière minute.

Résultats de ma pratique

Ce sont mes propres patients. Chaque photo est étiquetée avec exactement ce qui a été fait, rien de plus.



Un patient, trois vues

Lifting du visage

Le même patient avant l'intervention (à gauche dans chaque paire) et après (à droite), photographié de face, en oblique et de profil. Juger un lifting sous un seul angle flatteur ne suffit pas ; la ligne mandibulaire et le cou révèlent la vérité de profil.

Plus de résultats



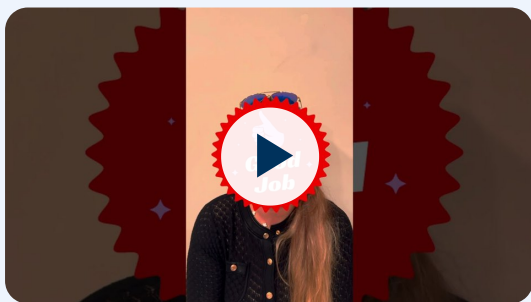
Lifting en plan profond, lifting du cou et lifting de la lèvre

Avant l'intervention, avec les marquages préopératoires (à gauche), et après (à droite).



Blépharoplastie, Botox et laser Fotona 4D

Lorsque le problème concerne les paupières et la qualité de la peau plutôt que la descente, la réponse n'est pas un lifting.



TÉMOIGNAGE PATIENT

Elle est revenue des années après sa propre intervention, cette fois en amenant sa sœur pour un lifting.

Vidéo en persan



Scanner pour regarder

Plus de résultats: mustafaaydinol.com/fr/galerie-avant-et-apres/

Êtes-vous un bon candidat ?

Il n'y a pas d'âge idéal pour un lifting. La vraie question est de savoir si votre visage présente les changements structurels que la chirurgie peut corriger, et si vous êtes suffisamment en bonne santé pour une anesthésie générale.

La plupart de mes patients pour un lifting se répartissent en trois groupes

Quarantaine et cinquantaine, descente du mid-face

On leur dit partout qu'ils sont trop jeunes pour un lifting. Le lifting endoscopique du mid-face existe précisément pour eux.

Cinquantaine à soixante-dix ans, descente du visage complet

Le lifting complet en plan profond, souvent combiné avec une chirurgie des paupières et, si nécessaire, un lifting du cou.

Hommes

Les incisions respectent la ligne de la barbe et l'objectif est généralement plus conservateur : un visage rafraîchi et alerte plutôt qu'un changement spectaculaire.

Quand je dirai non, ou pas encore

- Votre préoccupation concerne principalement la qualité de la peau, les ridules ou un relâchement précoce. Un lifting est le mauvais outil ; je vous le dirai et vous suggérerai plutôt le laser Fotona ou la mésothérapie.
- Vous fumez ou utilisez de la nicotine. La peau du lifting dépend de son apport sanguin, et la nicotine est un vrai problème dans cette intervention spécifiquement. Vous devrez arrêter bien avant l'intervention.
- Vous perdez encore du poids, par exemple avec un médicament pour la perte de poids. Je n'opère pas tant que le poids continue de baisser ; il doit être stable pendant au moins trois à six mois avant que nous planifiions le visage.
- Vous demandez un résultat que vous avez vu chez quelqu'un d'autre, en particulier une photo précoce. Un plan construit sur le visage de quelqu'un d'autre, ou sur le gonflement de quelqu'un d'autre, est construit sur une illusion.

L'intervention

ANESTHÉSIE

Anesthésie générale

DURÉE

Mid-face : environ 2 à 3 heures.

Visage complet : environ 6 à 7 heures

HÔPITAL

Une nuit à l'hôpital après
l'intervention

POINTS DE SUTURE

Résorbables ; il n'y a pas de points à
retirer après votre retour

Libérer et repositionner la couche profonde sur l'ensemble du visage est un travail lent et méticuleux. C'est exactement la partie que je refuse de précipiter.

Le filet hémostatique

L'utilisation de drains dépend du cas. Souvent, un filet hémostatique les rend inutiles : un matelassage fin et temporaire de sutures sur la zone traitée qui ferme l'espace où le liquide s'accumulerait, répartit la pression uniformément et protège la peau dans les premiers jours.

Il a un aspect inhabituel sur les photographies, et les patients sont parfois alarmés lorsqu'ils le voient pour la première fois en ligne. Il est retiré sans douleur au jour 3, et il réduit également les ecchymoses.

Votre semaine à Istanbul

Cinq à sept jours à Istanbul suffisent pour un lifting.

Jour 0

Chirurgie

Votre intervention, suivie d'une nuit à l'hôpital sous surveillance.

Jours 1 à 3

Repos à votre hôtel

Vous portez un vêtement de compression et de fines bandes adhésives le long des lignes d'incision, plus le filet hémostatique s'il a été placé. Mon équipe est en contact avec vous chaque jour.

Jour 3

Retrait du filet et des drains

Le filet est retiré, les drains sont retirés s'ils ont été utilisés, et je vérifie votre visage.

Jours 5 à 7

Examen final, puis retour

Un dernier contrôle avant votre départ, et vous rentrez chez vous.



Planificateur de convalescence

Utilisez le planificateur de convalescence sur mon site web pour transformer votre date d'intervention en calendrier jour par jour pour votre voyage.

mustafaaydinol.com/fr/planificateur-de-convalescence/

Après votre retour

Environ 2 semaines

La plupart des patients sont présentables en société ordinaire et reprennent le travail de bureau.

Semaines 4 à 6

L'exercice peut reprendre. Jusque-là, évitez les efforts intenses et tout ce qui augmente brusquement votre tension artérielle.

Les premiers mois

Le gonflement se résorbe progressivement. L'engourdissement temporaire des joues et des oreilles, et une certaine tension lors de grandes expressions, s'estompent sur la même période.

6 à 12 mois

Le point de contrôle honnête. Le gonflement a disparu, les cicatrices ont mûri, et c'est à ce moment-là que le résultat doit être jugé.

Normal dans les premières semaines

- Gonflement et ecchymoses, qui peuvent descendre vers le cou
- Tension et sensation de pression
- Engourdissement irrégulier autour des joues et des oreilles
- Légère asymétrie du gonflement entre les deux côtés

Contactez mon équipe immédiatement si vous remarquez

- Gonflement soudain d'un côté, ou douleur qui s'aggrave rapidement
- Fièvre, ou rougeur qui se propage
- Écoulement d'une incision
- Nouvelle faiblesse dans une partie du visage

Risques et limites honnêtes

Chaque intervention comporte des risques. Voici ceux qui comptent dans la chirurgie du lifting, et comment ils sont gérés.

Hématome

Saignement sous la peau, le plus probable dans les premières heures après l'intervention. C'est pourquoi vous passez la nuit à l'hôpital.

Faiblesse du nerf facial

Faiblesse temporaire d'une branche du nerf facial. Elle est plus rare dans la chirurgie en plan profond réalisée par des chirurgiens qui travaillent régulièrement dans ce plan, car les nerfs sont vus et protégés plutôt que contournés à l'aveugle.

Engourdissement

L'engourdissement des joues et des oreilles est courant et s'estompe sur plusieurs mois.

Cicatrices

Un lifting laisse des cicatrices ; quiconque dit le contraire vend quelque chose. Elles suivent les contours naturels autour de l'oreille et dans la ligne des cheveux, et chez la plupart des patients, elles sont difficiles à trouver une fois cicatrisées.

Deux limites honnêtes

Un lifting remet les pendules à l'heure ; il ne les arrête pas. Le repositionnement est durable, et la plupart des patients estiment que le bénéfice se maintient pendant environ une décennie, vieillissant naturellement plutôt que de revenir brusquement en arrière.

Le tabagisme est un vrai problème dans la chirurgie du lifting spécifiquement. Si vous fumez, veuillez lire mon guide sur le tabagisme et la chirurgie avant de planifier quoi que ce soit.

Comment lire les photos avant et après

Presque tous les liftings ont l'air superbes à trois mois, y compris les résultats qui ne tiendront pas. À ce stade, le gonflement résiduel comble les ridules et lisse les contours ; il fait une partie du travail du chirurgien.

Ce qu'il faut rechercher

- ✓ Horodatages. Demandez à voir le même patient à douze mois, pas seulement à six semaines.
- ✓ La ligne des cheveux, le lobe de l'oreille et la zone juste devant l'oreille. C'est là que les raccourcis se révèlent une fois le gonflement disparu.
- ✓ Éclairage et angle identiques dans l'avant et l'après. Un éclairage flatteur fait plus de travail que la plupart des gens ne le réalisent.
- ✓ Le visage au repos et en mouvement, pas seulement des images fixes soigneusement choisies.

J'applique la même règle à mes propres patients : si vous aimez votre visage à trois mois, attendez le douzième mois avant de le juger. Et demandez-moi, comme vous devriez demander à tout chirurgien, des photos prises à douze mois.



Où regarder : la zone autour de l'oreille

Une incision de lifting cicatrisée de ma pratique. La cicatrice suit le contour naturel devant et autour de l'oreille, qui est exactement l'endroit où une intervention précipitée se révèle.

Questions à poser à tout chirurgien

Le chirurgien compte plus que la technique, et la structure autour de l'intervention compte le plus. Posez ces questions à chaque chirurgien que vous envisagez, y compris moi.

- 1 Êtes-vous certifié en chirurgie plastique, reconstructrice et esthétique, et de quelles sociétés êtes-vous membre ?
- 2 Quelle technique recommandez-vous pour mon visage, et pourquoi celle-ci plutôt qu'une autre ?
- 3 Réaliserez-vous personnellement l'ensemble de l'intervention ?
- 4 Où exactement serai-je opéré, et passerai-je la nuit à l'hôpital ?
- 5 Combien de temps durera l'intervention, et qu'est-ce qui y est ajouté, le cas échéant ?
- 6 Puis-je voir des résultats à douze mois, pas seulement dans les premières semaines ?
- 7 Quelles sont les complications que vous observez, et comment sont-elles gérées si elles surviennent après mon retour ?
- 8 Mon devis est-il écrit, et liste-t-il exactement ce qui est inclus ?

Signaux d'alarme

- Un prix avant que quiconque ait vu vos photographies
- Résultats garantis ou photos fortement filtrées
- Pression pour décider rapidement ou verser un acompte aujourd'hui
- Pas de chirurgien nommé, ou pas de plan clair pour le suivi

Coût et comment obtenir un devis

Un lifting en plan profond à Istanbul coûte nettement moins cher que la même intervention à Londres, en Allemagne ou aux États-Unis. La différence réside dans les coûts d'exploitation locaux, pas dans l'opération.

Ce qui détermine votre devis

- Lifting du mid-face ou lifting complet en plan profond
- Si un lifting du cou, une chirurgie des paupières, une canthopexie ou un lifting des sourcils est ajouté
- Temps opératoire et séjour hospitalier

Comment obtenir votre devis

1

Envoyez vos photographies

Vues de face et de profil, détendu et souriant. Cela suffit pour un premier avis.

2

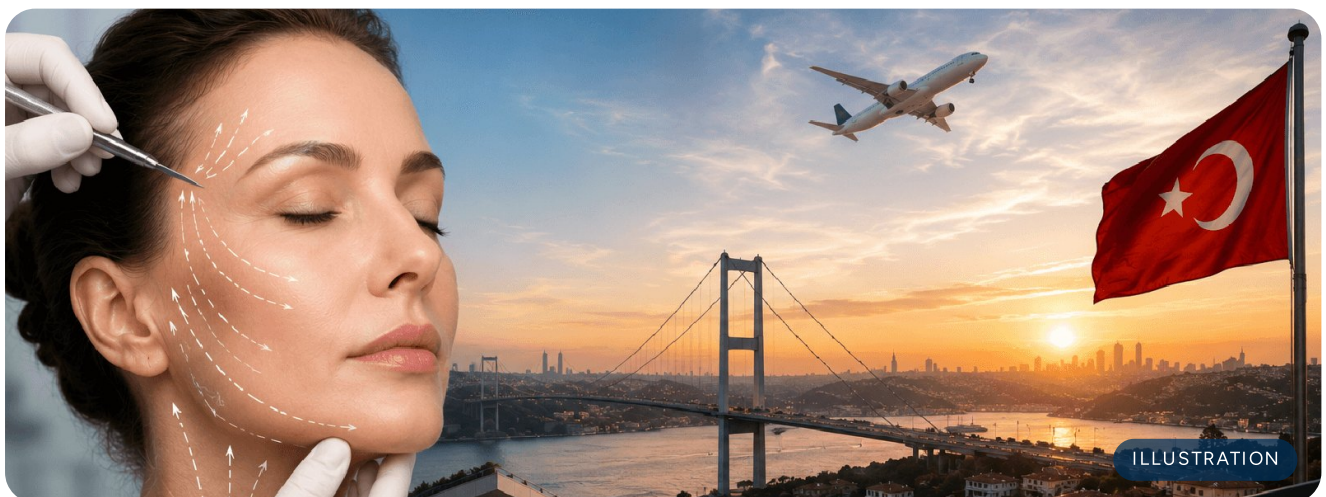
Appel vidéo

Nous discutons de ce que vous voulez, de ce dont votre visage a besoin, et de vos questions.

3

Devis écrit

Vous recevez votre plan et votre devis par écrit, listant exactement ce qui est inclus.



À propos du Dr Aydınol



J'ai terminé ma formation spécialisée en chirurgie plastique, reconstructrice et esthétique à l'université de Dicle (2012 à 2017) et dirige mon propre cabinet à Istanbul depuis 2020. Mon travail couvre le rajeunissement facial, la rhinoplastie, la chirurgie mammaire et le remodelage corporel, toujours avec la même règle : la bonne intervention au bon moment, ou un non honnête.

Des patients d'Allemagne, d'Italie, du Royaume-Uni, du Moyen-Orient et de nombreux autres pays se rendent à Istanbul pour une intervention avec moi. Mon équipe et moi planifions l'ensemble du voyage autour de l'intervention.

Plus de 10 000 interventions

Membre de l'ISAPS

Société turque de chirurgie plastique reconstructrice et esthétique

Rhinoplasty Society of Europe

Autorisation de tourisme médical, ministère turc de la Santé

Votre prochaine étape

Envoyez quelques photographies sur WhatsApp. Dites-moi ce qui vous dérange le plus, et je vous dirai honnêtement ce que je recommanderais.

WHATSAAPP +90 544 772 07 72

E-MAIL info@mustafaaydinol.com

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



Envoyez-nous un message sur
WhatsApp



Planifiez votre convalescence



Lifting en plan profond

Ce guide est une information générale et ne remplace pas une consultation médicale personnelle. Votre plan, l'intervention et votre convalescence dépendent de votre propre examen.