



PATIËNTENGIDS

De Lichaamscontouren na Gewichtsverlies Gids

Wat ik elke patiënt met losse huid na fors gewichtsverlies uitleg: welke operatie past bij welk gebied, waar de littekens komen, wat veilig samen kan worden gedaan en hoe u uw lichaam voorbereidt op de operatie.

Dr. Mustafa Aydinol

Plastisch, reconstructief en esthetisch chirurg, Istanbul

ISAPS-lid

Turkish Society of Plastic Reconstructive and Aesthetic Surgeons

Health Tourism Authorization, Turks Ministerie van Volksgezondheid



Voordat u begint

Groot gewichtsverlies is een prestatie. De huid die het achterlaat is geen gebrek aan wilskracht: zodra de elastische vezels permanent zijn uitgerekt, zal geen enkele crème, laser, dieet of oefening dit volledig ongedaan maken.

Chirurgie ruilt die losse huid in voor een strakkere contour en een gepland litteken. Deze gids legt uit waar de littekens komen, wat elke operatie verhelpt en hoe ik beslis wat veilig samen kan worden gedaan en wat moet wachten.

Lees het in uw eigen tempo. Wanneer u er klaar voor bent, stuur mij dan foto's en uw gewichtsverloop; ik zal u eerlijk vertellen wat ik zou doen en in welke volgorde.

Dr. Mustafa Aydinol

In deze gids

- 01** Wat chirurgie kan doen na gewichtsverlies, en wat niet
- 02** Wat kan samen worden gedaan
- 03** Welke operatie voor welk gebied
- 04** Vóór de operatie: gewicht, medicatie en voeding
- 05** Resultaten uit mijn praktijk
- 06** Bent u een goede kandidaat?
- 07** De operatie
- 08** Uw dagen in Istanbul
- 09** Nadat u naar huis vliegt
- 10** Risico's en eerlijke grenzen
- 11** Hoe u voor-en-na-foto's moet bekijken
- 12** Vragen om aan elke chirurg te stellen
- 13** Kosten en hoe u een offerte krijgt
- 14** Over Dr. Aydinol en uw volgende stap

Wat chirurgie kan doen na gewichtsverlies, en wat niet

Voor de losse plooien en huidschorten die volgen op fors gewichtsverlies, is chirurgische verwijdering de enige betrouwbare oplossing. Hoeveel losse huid er overblijft, hangt af van hoeveel u bent afgevallen en hoe snel, uw leeftijd, uw genen, eerdere zwangerschappen, zonbeschadiging en roken.

Ik beoordeel elk lichaam op drie manieren

Huid

Hoe los deze is, en in welke gebieden. Huid die terugveert is een liposuctie-probleem; huid die blijft staan waar u hem neerzet, moet worden verwijderd.

Vet

Welk vet er overblijft. Liposuctie kan het vormgeven, maar bij dunne, losse huid kan liposuctie alleen het hangen verergeren.

Gezondheid

Gewichtsstabiliteit, voeding, bloedbeeld en andere aandoeningen bepalen hoeveel er veilig in één sessie kan worden gedaan.

Wat body contouring niet zal doen

- Het laat geen onzichtbare littekens achter. De littekens zijn lang, en ze worden zo zorgvuldig mogelijk gepland en geplaatst.
- Het is geen gewichtsverlies. Liposuctie is nooit een operatie om gewicht te verliezen.
- Het bouwt geen spiertonus op en behandelt geen cellulitis.

Slechts licht losse huid?

Liposuctie en verstrakking

Wanneer het hangen mild is, kan liposuctie met VASER of Renuvion voldoende zijn, vooral waar de huidkwaliteit nog redelijk is.

Alleen apparatuur

Renuvion en Endolift kunnen licht losse huid in bescheiden mate laten krimpen.

Het eerlijke antwoord: geen enkel apparaat op de markt kan een hangende huidplooi wegnemen. Daar is chirurgie voor nodig. mustafaaydinol.com/nl/renuvion-of-buikwandcorrectie/

Wat kan samen worden gedaan

De meeste patiënten hebben meerdere operaties nodig. Wat telt is het plan: welke gebieden, in welke volgorde, en hoeveel in één sessie.

In één sessie

Er gaan maximaal drie grote lifts in één sessie. Een buikwandcorrectie, een borstlift of -verkleining, en een arm-, dij- of bil-lift tellen elk als één; liposuctie, een BBL en een ruglift niet.

In meer dan één

In een gepubliceerde reeks van 653 patiënten na fors gewichtsverlies, verhoogden twee of drie gebieden samen de complicaties niet significant, maar vier of meer wel. Als niet alles veilig in één keer kan worden gedaan, is het antwoord twee sessies, niet een langere sessie.

Twee of drie sessies?

Als de huid erg los is, kan een goed resultaat twee of zelfs drie sessies vergen, telkens enkele maanden uit elkaar, wanneer u volledig bent hersteld. Leeftijd boven de zestig, een hoger BMI, bloedarmoede, diabetes, eerdere bariatrische chirurgie en roken verlagen allemaal hoeveel ik tegelijk doe.

De eerste vraag is niet een prijslijst, maar het plan.

Welke operatie voor welk gebied

Extended of Fleur-de-Lys

Buikwandcorrectie

Na matig tot groot gewichtsverlies, meestal uitgebreid rond de heupen. Fleur-de-Lys voegt een verticaal litteken toe, alleen wanneer de bovenbuik anders los zou blijven.

Litteken op de riemlijn

Lower body lift

Eén operatie rondom het lichaam voor de buik, heupen, buitenkant van de dijen en billen, met een litteken op ongeveer riemhoogte. De meest krachtige optie.

Litteken aan de binnenkant van de arm

Armlift

Van de oksel richting de elleboog. De operatie met de hoogste verhouding tussen litteken en resultaat, dus de beslissing is echt een beslissing over het litteken.

Lies en binnenzijde dij

Dijlift

Meestal een L-vormig patroon, in de lies en langs de binnenzijde van de dij; een T-vormig patroon na massaal gewichtsverlies. Liposuctie maakt deel uit van bijna elke dijlift.

Bh-lijn of bovenkant billen

Rug- en billift

Een ruglift verbergt het litteken onder de bh-band. Een billift kan uw eigen weefsel behouden als een onderhuidse flap om vorm te herstellen.

Meestal ankerpatroon

Borst of borstkas

Vrouwen hebben meestal de volledige inverted-T lift nodig, vaak met een implantaat of vet voor volume. Bij mannen is de keuze: losse huid of een litteken; er is geen derde optie.

Veelvoorkomende combinaties

- Een buikwandcorrectie met een armlift of een dijlift
- Een ruglift met een borstlift of -verkleining
- Een lower body lift met liposuctie
- Een borstlift met een buikwandcorrectie, gepland als één sessie

Een facelift wordt nooit gecombineerd met lichaamschirurgie. Elke combinatie is een beslissing tijdens het consult, geen menukeuze.

Vóór de operatie: gewicht, medicatie en voeding

Het bereiken van je streefgewicht betekent niet automatisch dat je er klaar voor bent. Lange incisies genezen het best in een lichaam dat stabiel is, goed gevoed en niet anemisch.

Stabiel gewicht

Ik wil meestal dat uw gewicht vier tot zes maanden stabiel is. Gewicht dat terugkeert, zal het resultaat uitrekken.

Medicatie voor gewichtsverlies

Blijf uw GLP-1-medicatie gebruiken en vertel ons de dosis en de datum van uw laatste injectie. In plaats van te stoppen, veranderen we het vasten: alleen heldere vloeistoffen gedurende de 24 uur vóór de operatie. Verander de dosis niet op eigen houtje.

Voeding en bloed

Eiwit, ijzer, vitamine B12 en vitamine D worden eerst gecontroleerd en gecorrigeerd. Bloedarmoede heeft weken, geen dagen, nodig om te corrigeren.

Wat het plan nog meer verandert

- Breng na bariatrische chirurgie uw laatste volledige bloedbeeld, ferritine- en B12-resultaten mee.
- Diabetes is de sterkste voorspeller van complicaties na een buikwandcorrectie volgend op fors gewichtsverlies. Breng uw laatste HbA1c mee.
- Roken: ik vraag elke patiënt om vier weken te stoppen. U zult niet worden geweigerd, maar het risico zal u duidelijk worden verteld.
- Geen verdere diëten in de laatste maand voor de operatie, voldoende eiwitten en dagelijks wandelen.

Wanneer is het juiste moment?

Wanneer uw gewicht stabiel is, uw bloedresultaten in orde zijn en u bereid bent losse huid in te ruilen voor een gepland litteken. Als u nog steeds afvalt, wacht dan.

Resultaten uit mijn praktijk

Dit zijn mijn eigen patiënten, gefotografeerd voor en na de operatie.



Twee patiënten

Losse huid, verwijderd in één plan

Eerst: na 30 kg gewichtsverlies, een buikwandcorrectie, borstlift met implantaten, liposuctie en BBL, voor en één week na. Daarna: een Fleur-de-Lys buikwandcorrectie met een borstlift met implantaten, BBL en liposuctie, voor de operatie en na.

Meer resultaten



Borstlift, buikwandcorrectie, 360 liposuctie en BBL

Leeftijd 60. Voor (links) en één week na (rechts). Een dijlift en een facelift zijn gepland als latere stadia.



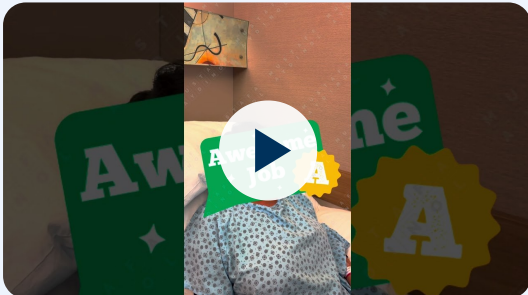
Buikwandcorrectie, borstlift met implantaten, liposuctie en BBL

Voor (links) en na (rechts).



Armlift

Voor (boven) en na (onder), met het litteken langs de binnenkant van de arm.



VERHAAL VAN EEN PATIËNT

Een patiënt uit Canada: liposuctie, een Fleur-de-Lys buikwandcorrectie and een armlift.



Scan om te kijken

Meer resultaten: mustafaaydinol.com/nl/voor-en-na-galerij/

Bent u een goede kandidaat?

De beste kandidaten hebben een stabiel gewicht bereikt, verkeren in een goede algemene gezondheid en zijn bereid losse huid in te ruilen voor een gepland litteken.

Mijn patiënten na gewichtsverlies komen uit drie richtingen

Na bariatrische chirurgie

Losse huid in meerdere gebieden tegelijk. Voeding en bloedresultaten worden gecontroleerd voordat er iets wordt gepland.

Na medicatie voor gewichtsverlies

GLP-1-medicatie beïnvloedt de huidkwaliteit snel. Bij weinig verslapping kan liposuctie en Renuvion voldoende zijn; bij meer, chirurgie.

Na dieet en lichaamsbeweging

Een stabiel gewicht bereikt over een langere periode, met losse huid in één of meerdere gebieden, vaak gepland in fasen.

Wanneer ik nee zeg, of nog niet

- U bent nog steeds aan het afvallen. Wacht tot het stabiel is.
- U bent niet bereid het litteken te accepteren. De keuze is losse huid of een litteken; er is geen derde optie.
- Uw BMI is 30 of hoger en u wilt liposuctie of een arm-, dij- of bodylift. Een buikwandcorrectie op zich kan nog steeds mogelijk zijn.
- U vraagt om zeven of acht operaties tegelijk. Zo werkt het niet; we plannen de fasen samen.

De operatie

ANESTHESIE

Algehele anesthesie, in een geaccrediteerd ziekenhuis

OPERATIEDUUR

Ongeveer 2 tot 3 uur per lift; een lower body lift 4 tot 6 uur

ZIEKENHUIS

Eén nacht; twee bij een buikwandcorrectie, een bodylift of gecombineerde lifts

DRAINS

Verwijderd in Istanbul, meestal tussen dag twee en dag vijf

Als we niet alles veilig in één sessie kunnen doen, is de oplossing twee sessies in plaats van één langere.

U beschermen tijdens en na de operatie

U loopt binnen enkele uren na de operatie. Vroeg wandelen, compressie en, waar geïndiceerd, bloedverdunnende injecties beschermen u tegen stolsels.

Voor de vlucht naar huis draagt u therapeutische elastische kousen, in beide richtingen. Drains worden nooit achtergelaten zodat u ze thuis moet beheren.

Uw dagen in Istanbul

Plan ongeveer zeven dagen in Istanbul, zelfs voor een grotere gecombineerde operatie.



Herstelplanner

Gebruik de herstelplanner op mijn website om uw operatiedatum om te zetten in een dag-tot-dag kalender voor uw reis. mustafaaydinol.com/nl/herstelplanner/

Nadat u naar huis vliegt

2 tot 3 weken

Uw eerste douche rond dag tien tot twaalf. Bureauwerk vanaf ongeveer twee weken, drie na een bodylift. Autorijden vanaf ongeveer week drie, week vier na een bodylift.

6 tot 8 weken

Compressie gedurende ten minste zes weken, veel patiënten tot acht. Lichte cardio vanaf ongeveer week zes en zware training vanaf ongeveer week acht; na een bodylift later.

4 to 6 maanden

Het grootste deel van de zwelling is weggetrokken, hoewel het na een bodylift langer kan duren. Eiwitrijke voeding en goede hydratatie helpen.

12 tot 18 maanden

De littekens zien er in de eerste maanden op hun slechtst uit en blijven rijpen gedurende twaalf tot achttien maanden of langer.

Normaal in de eerste weken

- Strakheid, en licht voorovergebogen lopen na een buikwandcorrectie of bodylift
- Gevoelloosheid rond de littekens, wat over de maanden verbetert
- Zwelling van de onderbenen na een dijlift, wat weken kan duren om weg te trekken

Neem direct contact op met mijn team als u het volgende opmerkt

- Kortademigheid of pijn op de borst
- Een pijnlijke of gezwollen kuit
- Koorts, of zwelling die snel toeneemt
- Een wond die opengaat, of bloeding

Risico's en eerlijke grenzen

De risico's die ertoe doen zijn wondgenezingsproblemen, seroom, bloeding, infectie, bloedstolsels en littekenproblemen. Wondproblemen komen vaker voor bij grotere operaties en bij voormalige zware rokers.

Wondgenezing

Meest waarschijnlijk waar littekens samenkomen of spanning dragen. Een dijlift heeft een hoger percentage wondgenezingsproblemen dan de meeste body contouring operaties.

Seroom

Vochtophoping onder de huid nadat de drains eruit zijn. Compressie en vroeg wandelen verminderen dit.

Littekens

Lang en permanent. Ze kunnen breder worden of verschuiven, meestal in de lies na een dijlift; na armlifts rapporteren gepubliceerde reeksen probleemlittekens bij ongeveer één op de tien patiënten.

Bloedstolsels

Zeldzaam maar ernstig. Vroeg wandelen, compressie en, waar geïndiceerd, injecties beschermen elke patiënt.

Twee eerlijke grenzen

De huid die bij een stabiel gewicht is verwijderd, blijft weg. Maar als u daarna in gewicht aankomt, verandert het behandelde gebied mee met de rest van uw lichaam.

Zeer losse huid kan na verloop van tijd weer verslappen. In gepubliceerde reeksen van armlifts werd terugkerende slapheid gerapporteerd bij ongeveer acht op de honderd patiënten.

Hoe u voor-en-na-foto's moet bekijken

Na gewichtsverlies verbergt een foto van de voorkant met de armen omlaag het meeste van wat belangrijk is. Een eerlijke vergelijking laat u het hele lichaam en de littekens zien.

Waar u op moet letten

- ✓ Dezelfde houding, afstand en lichtinval op beide foto's.
- ✓ Waar de littekens zitten en hoe lang ze zijn, niet alleen hoe plat de voorkant lijkt.
- ✓ De zijkanten en de rug. Losse huid na gewichtsverlies zit rondom.
- ✓ Tijdstempels. Na één week is het lichaam nog gezwollen en in compressie. Vraag om een resultaat na een jaar te zien, wanneer de littekens gerijpt zijn.

Body contouring chirurgie na groot gewichtsverlies laat geen onzichtbare littekens achter. Het is een ruil van losse, hangende huid voor een strakkere contour met een gepland, goed geplaatst litteken.

Vragen om aan elke chirurg te stellen

De chirurg is belangrijker dan de techniek, en de structuur rond de operatie is even belangrijk als de operatie zelf.

- 1 Bent u gecertificeerd in plastische, reconstructieve en esthetische chirurgie, en van welke verenigingen bent u lid?
- 2 Welke gebieden kunnen voor mij veilig samen worden gedaan, en hoeveel sessies heb ik nodig?
- 3 Waar precies komt elk litteken?
- 4 Hoe lang moet mijn gewicht stabiel zijn voor de operatie?
- 5 Wat moet u weten over mijn medicatie, voeding en bloedresultaten?
- 6 Hoe worden bloedstolsels voorkomen tijdens en na de operatie?
- 7 Wie controleert mij in Istanbul na de operatie, en met wie neem ik contact op als ik eenmaal thuis ben?
- 8 Wat is er precies in de prijs inbegrepen?

Alarmsignalen

- Alles in één sessie, ongeacht de lijst
- Liposuctie aangeboden voor hangende huid
- Geen vragen over voeding of bloedbeeld
- Een prijs voordat iemand uw foto's heeft gezien

Kosten en hoe u een offerte krijgt

Body contouring in Istanbul kost aanzienlijk minder dan dezelfde operaties in het Verenigd Koninkrijk, Duitsland of de rest van de EU. Ik geef schriftelijk een offerte na het zien van uw foto's, omdat het plan en het aantal sessies de prijs bepalen.

Wat uw offerte vormgeeft

- Welke gebieden en welke lifts
- Het aantal sessies
- Toegevoegde liposuctie of Renuvion
- De duur van uw ziekenhuisverblijf

Hoe u uw offerte krijgt

1

Stuur uw foto's

Voor-, zij- en achteraanziichten ontspannen staand, armen opgeheven tot schouderhoogte voor de armen, met uw huidige gewicht en hoe lang dit al stabiel is.

2

Videogesprek

We bespreken waar u het meeste last van heeft, uw gezondheid en de volgorde die logisch is.

3

Schriftelijke offerte

Uw plan en uw offerte schriftelijk, inclusief het ziekenhuis, de anesthesie en de nazorg in Istanbul.

Over Dr. Aydinol



Ik heb mijn specialistenopleiding in plastische, reconstructieve en esthetische chirurgie voltooid aan de Dicle Universiteit (2012 tot 2017) en voer sinds 2020 mijn eigen praktijk in Istanbul. Mijn werk omvat gezichtsverjonging, rhinoplastiek, borstchirurgie en body contouring, altijd met dezelfde regel: de juiste procedure op het juiste moment, of een eerlijk nee.

Patiënten uit Duitsland, Italië, het Verenigd Koninkrijk, het Midden-Oosten en vele andere landen reizen naar Istanbul voor een operatie bij mij. Mijn team en ik plannen de hele reis rond de operatie.

10.000+ ingrepen

ISAPS-lid

Turkish Society of Plastic Reconstructive and Aesthetic Surgeons

Rhinoplasty Society of Europe

Health Tourism Authorization, Turks Ministerie van Volksgezondheid

Uw volgende stap

Stuur een paar foto's via WhatsApp. Vertel me waar u het meeste last van heeft, en ik zal u eerlijk vertellen wat ik zou aanbevelen.

WHAT SAPP +90 544 772 07 72

E-MAIL info@mustafaaydinol.com

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



Stuur ons een bericht op
WhatsApp



Plan uw herstel



Losse huid na gewichtsverlies

Deze gids bevat algemene informatie en vervangt geen persoonlijk medisch consult. Uw plan, de operatie en uw herstel hangen af van uw eigen onderzoek.