Dr. Mustafa Aydınol

Editie: september 2026

PATIËNTENGIDS

De Borstchirurgie Gids

Vergroting, lift en verkleining. Wat ik aan elke patiënt uitleg voor een borstoperatie in Istanbul: welke ingreep bij welke borst past, hoe implantaten worden gekozen en hoe uw herstel er werkelijk uitziet.



Dr. Mustafa Aydınol

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

Borstchirurgie is niet één type operatie. Een vergroting, een lift, een lift met implantaten en een verkleining behandelen verschillende problemen, laten verschillende littekens achter en vereisen een verschillend herstel. Het kiezen van de juiste ingreep voor uw borsten is belangrijker dan al het andere in deze gids.

De eerste vraag die elke patiënt stelt, is welke maat het wordt. De eerste vraag die ik beantwoord, is wat er past. Uw lichaamsbouw, uw weefsel en de positie van uw tepel bepalen het plan, niet een getal van sociale media.

Lees deze gids in uw eigen tempo. Wanneer u er klaar voor bent, stuurt u mij een paar foto's; ik zal u eerlijk vertellen welke operatie uw borsten nodig hebben, en of u er überhaupt een nodig heeft.

Dr. Mustafa Aydınol

In deze gids

01 Wat borstchirurgie kan doen, en wat niet

02 Implantaten: grootte, type en plaatsing

03 Welke operatie past bij uw borsten

04 Lift en verkleining: het litteken volgt de borst

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 beoordelen

12 Vragen die u aan elke chirurg moet stellen

13 Kosten en hoe u een offerte ontvangt

14 Over Dr. Aydınol en uw volgende stap

01

Wat borstchirurgie kan doen, en wat niet

Borstchirurgie verandert drie zaken: volume, positie en grootte. De meeste teleurstelling komt voort uit het behandelen van het verkeerde aspect, zoals een implantaat voor een borst die is gaan hangen, of een lift voor een borst die simpelweg klein is.

Ik beoordeel elke borst op drie manieren

Volume

Is er te weinig, of te veel? Een implantaat, vet of beide voegen volume toe; een verkleining verwijdert het en brengt de borst in proportie met uw lichaam.

Positie

Waar de tepel zich bevindt ten opzichte van de plooi onder de borst. Als deze is gezakt, heeft de borst een lift nodig, met of zonder implantaat.

Weefsel

Huidelasticiteit, weefseldikte en de vorm van de borstkas. Deze bepalen het implantaat, de plaatsing ervan en de lengte van het litteken.

Wat borstchirurgie niet zal doen

- Een implantaat lift een borst die aanzienlijk is gaan hangen niet. Vaak is een lift het eerlijke advies, en dat zal ik u direct vertellen.
- Een lift voegt geen volume toe. Het herstelt de positie en vorm, en de borst wordt iets kleiner omdat er huid wordt verwijderd.
- Het zet de tijd niet stil. Zwangerschap, gewichtsverandering en leeftijd zullen uw borsten nog steeds veranderen, en implantaten zijn geen hulpmiddelen voor het leven.

Niet zeker of u een implantaat wilt, of een groot exemplaar?

Vettransfer

Uw eigen vet, verkregen via liposuctie, zorgt voor een subtiele vergroting van een halve tot een hele cupmaat. Een deel ervan wordt geresorbeerd, dus er kunnen één of twee sessies worden gepland.

Composite benadering

Een kleiner implantaat met daaroverheen vet geënt: een zachtere overgang bij slanke patiënten met dun weefsel. Het maakt deel uit van mijn gepubliceerde klinische werk.

De eerlijke grens: vet kan een borst die is gaan hangen niet liften, en het kan geen grote verandering in omvang teweegbrengen. Daarvoor is een implantaat, een lift of beide nodig. mustafaaydinol.com/nl/borst-esthetiek/

02

Implantaten: grootte, type en plaatsing

De selectie van implantaten is een kwestie van meten, niet van winkelen. Ik meet de basisbreedte van uw borst, de dikte van uw weefsel, uw huidelasticiteit, de vorm van uw borstkas en de positie van de plooi; daarna proberen we samen pasvormen uit.

Type en profiel

Ik maak gebruik van cohesieve siliconengel-implantaten van gerenommeerde fabrikanten met internationale veiligheidsprestaties. Ronde implantaten passen bij de meeste doelen; het profiel (hoe ver het implantaat naar voren steekt) is waar de meeste verfijning plaatsvindt.

Plaatsing en incisie

De meeste van mijn patiënten krijgen een dual-plane plaatsing, deels onder de spier, wat bijzonder verhullend werkt bij slanke patiënten met dun weefsel. Boven de spier, onder de dunne fascia die de borstspier bedekt (subfasciaal), kan de juiste keuze zijn wanneer de weefselbedekking ruim voldoende is. Ik geef de voorkeur aan een incisie in de plooi onder de borst, waar het litteken verborgen blijft.

Zijn implantaten voor het leven?

Nee. Veel patiënten behouden dezelfde implantaten vijftien jaar of langer, en er is geen vaste datum om ze te vervangen, maar ga uit van de veronderstelling dat een vervanging op een gegeven moment nodig kan zijn. Als uw implantaten ouder zijn dan zes jaar en nooit zijn gescand, laat dan een echografie maken.

Een aantal kubieke centimeters gekopieerd van sociale media is geen plan. Het kopiëren van de getallen van een andere vrouw is als het dragen van haar bril op sterkte: het product is identiek, het resultaat niet.

03

Welke operatie past bij uw borsten

Implantaat, incisie in de plooi

Borstvergroting

Voor borsten die klein zijn in verhouding tot uw lichaamsbouw, volumeverlies na zwangerschap of gewichtsverlies, of asymmetrie, waarbij de tepel zich nog op of boven de plooi bevindt.

Kleiner implantaat en vet

Composite vergroting

Een kleiner implantaat met structurele vettransplantatie, voor slanke patiënten met dun weefsel, milde asymmetrie of na gewichtsverlies. Er moet voldoende vet aanwezig zijn om te kunnen oogsten.

Geen implantaat

Vettransfer

Een subtiele verandering van een halve tot een hele cupmaat met uw eigen vet, voor patiënten die geen implantaat willen en vet over hebben.

Litteken bepaald door de mate van verzakking

Borstlift

Voor borsten die zijn gaan hangen. De tepel wordt gelift en het weefsel opnieuw gevormd; vulling in het bovenste deel van de borst kan afkomstig zijn van uw eigen weefsel of van vet.

Meestal in één fase

Lift met implantaten

Voor een borst die is gaan hangen en volume heeft verloren. Veeleisender: de lift verstevigt de huid terwijl het implantaat deze oprekt. Twee fasen wanneer de verzakking ernstig is en het implantaat groot.

Verlichting en vorm

Borstverkleining

Voor zware borsten die nek-, schouder- en rugpijn, striemen van bh-bandjes of huiduitslag veroorzaken. Meestal één tot drie cupmaten kleiner, met een ingebouwde lift.

Vaak gepland in dezelfde operatie

- Een buikwandcorrectie en liposuctie, als een mommy makeover
- Liposuctie van de zijkant van de borstkas en het gebied richting de oksel
- Vettransfer naar de bovenborst, of naar de billen
- Verwijdering van implantaten met een lift, voor patiënten die hun implantaten eruit willen

> Er gaan maximaal drie grote ingrepen in één sessie, en een borstlift of -verkleining telt als één. Combinaties worden vooraf gepland, als één operatie en één herstelperiode.

04

Lift en verkleining: het litteken volgt de borst

Beide operaties liften de tepel en vormen de borst opnieuw. Hoe ver de borst is gezakt en hoeveel losse huid er is, bepaalt het litteken. Ik kies het kortste litteken dat het resultaat daadwerkelijk kan behouden.

Rond het tepelhof

Alleen voor milde verzakking met een goede huidkwaliteit. Het verhoogt de tepel één tot twee centimeter en kan het tepelhof kleiner maken. Bij meer verzakking maakt dit de borst platter en het litteken breder.

Verticaal, of lollipop

De standaardmethode voor matige verzakking en voor kleine tot matige verkleiningen. Het versmalt de basis en geeft een meer geprojecteerde vorm. Het litteken ziet er in het begin alarmerend uit en trekt gedurende een jaar goed weg.

Anker, of omgekeerde-T

Voor ernstige verzakking, zeer losse huid na gewichtsverlies en grote verkleiningen. Het voegt een litteken toe in de plooi onder de borst, dat door de borst zelf wordt verborgen als u staat.

Hoe ik gevoel en borstvoeding bescherm

- De tepel blijft verbonden aan een pedikel, een brug van weefsel die de bloed- en zenuwtoevoer verzorgt. Hij wordt verplaatst, niet losgesneden.
- Bij de meeste verkleiningen gebruik ik een superomediale pedikel; bij zeer grote borsten is een inferieure pedikel een alternatief.
- Alleen in extreme gevallen wordt de tepel verwijderd en teruggeplaatst als transplantaat. Dit is zeldzaam, het betekent dat gevoel en borstvoeding verloren gaan, en ik vertel u dit van tevoren.
- Het weefsel dat bij een verkleining wordt verwijderd, wordt gewogen en voor routineonderzoek naar de patholoog gestuurd.

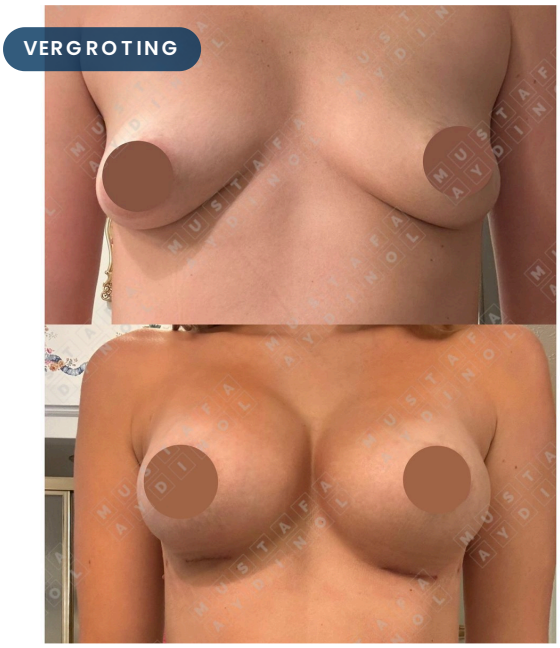
Wanneer is het juiste moment?

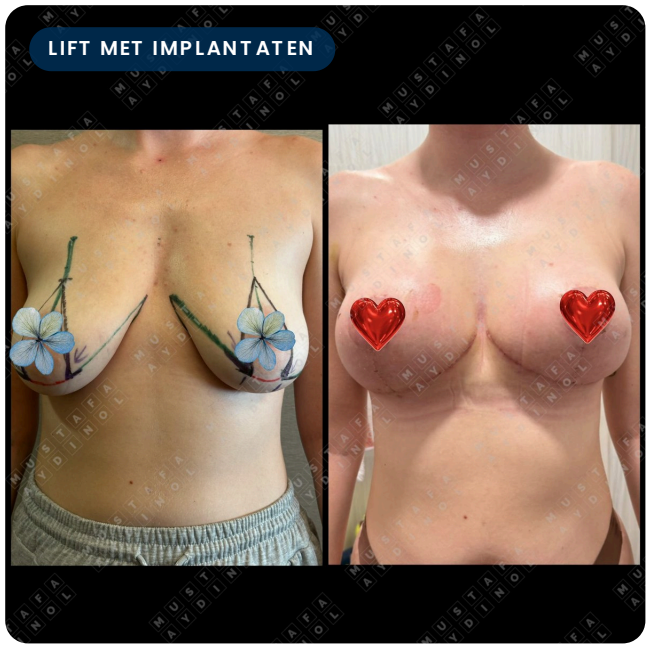
Wanneer uw gewicht stabiel is, meestal gedurende vier tot zes maanden, en wanneer u niet binnenkort een zwangerschap plant. Als dat wel het geval is, is het meestal beter om tot daarna te wachten. Na groot gewichtsverlies hebben de meeste patiënten het ankerpatroon nodig.

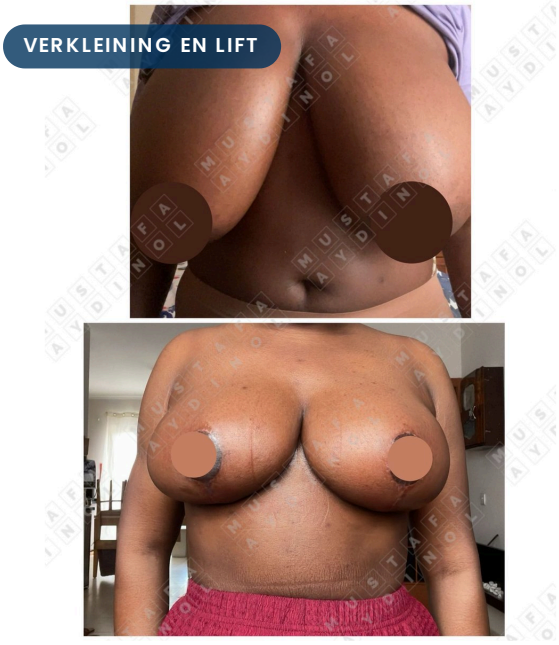
05

Resultaten uit mijn praktijk

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







Drie patiënten

Drie verschillende operaties

Een borstvergroting met implantaten, een borstlift met implantaten en een borstverkleining met een lift. Op elke foto staat ‘voor’ bovenaan of links, en ‘na’ onderaan of rechts.

Meer resultaten



Borstlift zonder implantaten

Met een buikwandcorrectie, 360 liposuctie en een BBL, leeftijd 60. Voor (links) en één week na (rechts).



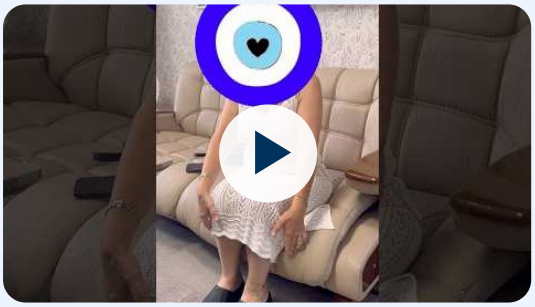
Borstlift met implantaten na 30 kg gewichtsverlies

Onderdeel van een mommy makeover met een buikwandcorrectie, liposuctie en een BBL, leeftijd 28. Voor (links) en één week na (rechts).



Borstvergroting

Na de operatie. Sommige patiënten geven alleen toestemming voor foto's na de ingreep.



VERHAAL VAN EEN PATIËNT

Kapselcontractie na een borstlift met implantaten: de vervormde implantaten werden vervangen en de contractie werd behandeld.

Scan om te kijken

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

06

Bent u een goede kandidaat?

De juiste operatie hangt af van uw borst, niet van een maat. De beste kandidaten verkeren in een goede algemene gezondheid, hebben een stabiel gewicht en zijn duidelijk over wat hen stoort.

De meeste van mijn borstpatiënten vallen in drie groepen

Te weinig volume

Kleine borsten voor de lichaamsbouw, of volumeverlies na zwangerschap, borstvoeding of gewichtsverlies, waarbij de tepel nog op zijn plaats zit. Een vergroting, met een implantaat, vet of beide.

Verzakking

Na zwangerschap, borstvoeding of gewichtsverlies, of natuurlijke verzakking. Een lift, met of zonder implantaat; na groot gewichtsverlies meestal het ankerpatroon.

Te zwaar

Nek-, schouder- en rugpijn, striemen van bh-bandjes, uitslag onder de borst, beperkingen bij het sporten. Een verkleining, die evenzeer om verlichting gaat als om vorm.

Wanneer ik nee zeg, of nog niet

- Uw borst is gaan hangen en u wilt alleen een implantaat. Vaak is dat niet voldoende, en dat zal ik u direct vertellen.
- Uw gewicht verandert nog steeds, ook door medicatie voor gewichtsverlies. Ik wil meestal dat het vier tot zes maanden stabiel is.
- U plant binnenkort een zwangerschap. Het is meestal beter om tot daarna te wachten.
- U vraagt om een maat die uw weefsel niet kan dragen, of om nóg een vergroting. Op een gegeven moment is het mijn taak om ‘nee’ te zeggen.

07

De operatie

ANESTHESIE

Algehele anesthesie, in een geaccrediteerd ziekenhuis

OPERATIEDUUR

Vergroting 1 tot 1,5 uur; lift 2 tot 3; verkleining 3 tot 4

ZIEKENHUIS

Eén nacht

DRAINS

Meestal eruit op dag twee of drie, op basis van het vocht dat ze in 24 uur opvangen

Ik plan een verkleining op basis van proportie, niet op basis van een beloofde cupmaat. Het weefsel zelf stelt de grens, dus ik garandeer geen cupmaat.

Hechtingen, littekens en verbanden

De huid wordt in lagen gesloten met oplosbare hechtingen, dus er hoeven geen hechtingen te worden verwijderd. Na een vergroting bevindt het litteken zich in de plooi onder de borst; na een lift of verkleining volgt het het patroon dat uw borst nodig heeft.

Uw laatste verband wordt aangelegd bij de controle voordat u vliegt, en u neemt reserveverbanden mee naar huis. Drains worden nooit achtergelaten zodat u ze thuis moet beheren.

08

Uw dagen in Istanbul

Houd rekening met vijf tot zeven dagen in Istanbul.

Dag 0

Chirurgie

Uw operatie onder algehele anesthesie. U loopt dezelfde avond nog.

Dag 1

Eén nacht in het ziekenhuis

Een nacht van nauwlettende observatie, waarna u naar uw hotel gaat in uw chirurgische bh, met dagelijks contact van mijn team.

Dag 2 tot 3

Hotel

Drains gaan er meestal op dag twee of drie uit, afhankelijk van hoeveel vocht ze in 24 uur opvangen. Elke dag korte wandelingen maken en de verbanden droog houden.

Dag 5 tot 7

Laatste controle

Uw laatste onderzoek en verbandwissel, de dag voor uw vlucht. De meeste patiënten vliegen naar huis tussen dag vijf en zeven.

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/

09

Nadat u naar huis vliegt

Ongeveer 1 tot 2 weken

Na een vergroting: bureauwerk vanaf ongeveer dag zeven en autorijden vanaf dag tien; na een lift of verkleining: dag tien en dag twaalf. Uw eerste douche rond dag tien, wanneer u ook uw eigen verband verwisselt.

Ongeveer 3 tot 4 weken

Littekenverzorging begint, met siliconengel of -pleisters en zonbescherming. Vanaf ongeveer week drie een zachte draadloze sport-bh, en op uw zij slapen als dat comfortabel voelt. Lichte cardio voor het onderlichaam, en een bad, zwembad of de zee vanaf ongeveer week vier.

6 weken

Draag uw steun-bh dag en nacht tot ongeveer week zes. Daarna kan de ondersteuning worden afgebouwd en kunnen borstoefeningen, training van het bovenlichaam en zwaar tillen beginnen.

3 maanden tot een jaar

Implantaten zakken en worden zachter in hun definitieve positie gedurende ongeveer drie maanden; beoordeel het resultaat na zes maanden. Na een lift of verkleining stabiliseert de vorm na ongeveer vier maanden, en de littekens blijven rijpen gedurende een jaar of langer.

Normaal in de eerste weken

- Strakheid en zwelling, het merendeel in de eerste twee weken
- Implantaten die in het begin hoog zitten en stevig aanvoelen
- Veranderingen in het gevoel van de tepel, wat meestal wegtrekt
- Littekens die er de eerste maanden rood en verheven uitzien

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

- Koorts boven 38°C
- Eén borst die plotseling meer gezwollen, rood of pijnlijk is
- Vocht uit een incisie
- Een pijnlijke kuit of kortademigheid

10

Risico’s en eerlijke grenzen

Elke chirurg die borstchirurgie als risicovrij presenteert, informeert u niet correct. Niet roken is het allerbelangrijkste wat u kunt doen om uw genezing te beschermen: ik vraag u vier weken voor de operatie te stoppen.

Kapselcontractie

Littekenweefsel rond een implantaat dat strakker wordt en verhardt. Goede weefselbedekking en consistente ondersteuning terwijl het kapsel zich vormt, verminderen dit; als het gebeurt, wordt het behandeld met een revisie.

Wondgenezing

Na een lift of verkleining, meestal op de plek waar de littekens onder de borst samenkomen. Seroom, hematoom, infectie en, zelden, gedeeltelijk verlies van de tepel zijn de andere risico’s.

Gevoel en borstvoeding

Het gevoel in de tepel verandert vaak in het begin en keert meestal terug, maar het kan verminderd blijven. Borstvoeding is meestal mogelijk, maar geen enkele chirurg kan dit garanderen.

Implantaat en vorm

Verkeerde positie, rimpeling (rippling) bij dun weefsel en asymmetrie. BIA-ALCL is zeldzaam en wordt voornamelijk geassocieerd met bepaalde getextureerde implantaten, daarom zijn het implantaat en de fabrikant van belang.

Twee eerlijke grenzen

Implantaten zijn geen hulpmiddelen voor het leven, en een lift of verkleining zet de tijd niet stil. Zwangerschap, gewichtsverandering en leeftijd veranderen de borst nog steeds; sommige patiënten hebben een decennium of langer later een revisie nodig.

Littekens zijn blijvend. Ze vervagen gedurende één tot twee jaar, maar verdwijnen niet, en hoe ze eruitzien hangt evenzeer af van uw huid als van mijn techniek.

11

Hoe u voor-en-na-foto’s moet beoordelen

Borsten zijn gemakkelijk mooier voor te stellen op een foto: een push-up bh, opgeheven armen, een draai van de schouders. Een eerlijke vergelijking toont u het volledige plaatje.

Waar u op moet letten

- ✓ Dezelfde houding, afstand en belichting op beide foto’s, met de armen omlaag.
- ✓ Waar de tepel op de borst zit, niet alleen hoe groot de borst is.
- ✓ De littekens: waar ze zitten en hoe lang ze zijn, niet alleen de vorm.
- ✓ Tijdstempels. Implantaten zitten wekenlang hoog en stevig, en littekens blijven maandenlang rood. Vraag om resultaten na zes en twaalf maanden te zien.

Ik pas dezelfde regel toe op mijn eigen patiënten. De vorm die u op dag vijf ziet, is niet de vorm waarmee u zult leven; het resultaat waarmee u zult leven is dat van maand zes.

12

Vragen die u aan elke chirurg moet 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 operatie adviseert u mij, en waarom niet de alternatieven?
3. Hoe heeft u de maat, het type en de plaatsing van het implantaat voor mijn lichaam gekozen?
4. Welke fabrikant maakt het implantaat en welke garantie zit erop?
5. Waar precies komen mijn littekens en waarom dat patroon?
6. Hoe beschermt u het gevoel in de tepel en de mogelijkheid tot borstvoeding?
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

- Een prijs voordat iemand uw foto's heeft gezien
- Een implantaatmaat gekozen op basis van een foto of een aantal cc's
- Alleen een implantaat voor een borst die duidelijk is gaan hangen
- Een offerte waarin de fabrikant van het implantaat niet wordt genoemd

13

Kosten en hoe u een offerte ontvangt

Ik publiceer geen vaste prijs, omdat er niet één standaard borstoperatie bestaat. Chirurgie in Istanbul kost aanzienlijk minder dan in het Verenigd Koninkrijk, Duitsland of de rest van de EU omdat de lokale bedrijfskosten lager zijn, niet omdat er in de operatiekamer op iets wordt bezuinigd.

Wat uw offerte bepaalt

- De operatie: vergroting, lift, lift met implantaten of verkleining
- De implantaten, met vermelding van fabrikant en garantie
- Toegevoegde vettransfer of liposuctie
- Of het gecombineerd wordt met andere chirurgie, en het verblijf in het ziekenhuis

Hoe u uw offerte ontvangt

1

Stuur uw foto's

Voor- en zijaanzichten, ontspannen staand met uw armen omlaag, met vermelding van uw lengte, gewicht en bh-maat.

2

Videogesprek

We bespreken wat u wilt, wat uw lichaam nodig heeft en uw vragen.

3

Schriftelijke offerte

Uw plan en uw offerte op schrift, inclusief het ziekenhuis, de anesthesie, de implantaten, pathologie na een verkleining, nazorg in Istanbul en postoperatief contact.

14

Over Dr. Aydınol



Ik heb mijn specialistenopleiding in de 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 lichaamscontouren, 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 wat u het meeste stoort, en ik zal u eerlijk vertellen wat ik zou aanbevelen.

WHATSAPP +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

Borstchirurgie

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