Dr. Mustafa Aydınol

Wydanie: wrzesień 2026

PRZEWODNIK DLA PACJENTÓW

Przewodnik po operacji powiek

Co wyjaśniam każdemu pacjentowi przed blefaroplastyką w Stambule: powieki górne lub dolne, kiedy prawdziwym problemem jest brew, kiedy tłuszcz jest repozycjonowany i kiedy jest usuwany, oraz jak naprawdę wygląda Twoja rekonwalescencja.



Dr Mustafa Aydınol

Chirurg plastyczny, rekonstrukcyjny i estetyczny, Stambuł

- Członek ISAPS
- Tureckie Towarzystwo Chirurgów Plastycznych, Rekonstrukcyjnych i Estetycznych
- Autoryzacja Turystyki Zdrowotnej, Tureckie Ministerstwo Zdrowia

Zanim Pan/Pani zacznie

Pacjenci dzisiaj proszą, aby wyglądać na wypoczętych, a nie innych. Dobra blefaroplastyka to zabieg, który przyjaciele zauważają, nie będąc w stanie powiedzieć, co się zmieniło.

Wielu pacjentów, którzy pytają mnie o operację powiek, nie ma problemu z powiekami. Opadająca brew, nadmiar skóry powiek, worki tłuszczowe i jakość skóry mogą wyglądać podobnie w lustrze, a każdy z tych problemów wymaga innego leczenia. Ten przewodnik wyjaśnia, jak je rozróżniam.

Przeczytaj go we własnym tempie. Kiedy będziesz gotowy, wyślij mi kilka zdjęć, a ja szczerze powiem Ci, czy w ogóle potrzebujesz operacji, a jeśli tak, to jakiego rodzaju.

Dr Mustafa Aydınol

W tym przewodniku

01 Co może, a czego nie może zdziałać chirurgia powiek

02 Powieka czy brew: test lustra

03 Chirurgia powiek górnych i dolnych

04 Czy jest Pan/Pani dobrym kandydatem?

05 Operacja

06 Pana/Pani dni w Stambule

07 Po powrocie do domu

08 Ryzyko i uczciwe ograniczenia

09 Jak czytać zdjęcia przed i po

10 Pytania do każdego chirurga

11 Koszt i jak uzyskać wycenę

12 O dr Aydınolu i Pana/Pani następny krok

01

Co może, a czego nie może zdziałać chirurgia powiek

Blefaroplastyka usuwa opadającą skórę górnych powiek i koryguje worki pod oczami spowodowane wystającym tłuszczem. Zmienia zmęczony, ciężki lub smutny wyraz twarzy, który tworzą, i sprawia, że oczy wyglądają na bardziej otwarte.

Oceniam każdą okolicę oka w trzech częściach

Powieka górna

Opadanie i nadmiar skóry. W zaawansowanych przypadkach opiera się na rzęsach i może nawet zwężać górne pole widzenia.

Powieka dolna

Worki z wystającego tłuszczu, zagłębienie pod nimi oraz to, jak mocno podparta jest powieka i jej zewnętrzny kącik.

Brew

Opadająca brew wygląda jak ciężkie powieki. Jeśli usunięta zostanie tylko skóra powieki, brew opadnie jeszcze bardziej, dlatego najpierw oceniam brew.

Czego chirurgia powiek nie zrobi

- Nie leczy kurzych łapek i zmarszczek dynamicznych.
- Nie leczy cieni pod oczami spowodowanych pigmentacją, a nie cieniem.
- Nie unosi opadającej brwi ani nie poprawia jakości i tekstury skóry. Te problemy wymagają liftingu brwi, zabiegów laserowych lub regeneracyjnych.

Łagodne zmiany? Chirurgia może nie być odpowiedzią

Łagodna wiotkość

Tam, gdzie skóra jest tylko łagodnie wiotka, Endolift lub Fotona SmoothEye mogą ją ujędrnić bez operacji.

Jakość skóry i cienie

Terapia egzosomami, przeszczep tłuszczu i zabiegi laserowe poprawiają jakość skóry. Są to uczciwe uzupełnienia chirurgii, a nie substytuty.

Uczciwa granica: zabiegi laserowe i plazmowe mogą ujędrnić łagodnie wiotką skórę, ale nie mogą usunąć opadających powiek ani worków tłuszczowych. mustafaaydinol.com/pl/odmladzanie-okolicy-okolooczodolowej-i-leczenie-cieni-pod-oczami/

02

Powieka czy brew: test lustra

Wielu pacjentów, którzy pytają mnie o operację powiek, nie ma problemu z powiekami. Usunięcie skóry powiek, gdy brew opadła, sprawia, że brew opada jeszcze bardziej, dlatego pierwszym pytaniem jest zawsze, skąd bierze się ciężkość.

Spróbuj sam

Spójrz w lustro i delikatnie unieś brew palcem. Jeśli ciężkość znika, problemem jest brew. Jeśli fałd skóry nadal zwisa nad rzęsami, jest to powieka.

Kiedy problem dotyczy obu

Większość pacjentów po pięćdziesiątce ma oba problemy. Lifting brwi lub skroni z konserwatywną blefaroplastyką górną daje bardziej naturalny, długotrwały rezultat niż sama agresywna blefaroplastyka, a mniej skóry powiek wymaga usunięcia.

Co mi wysłać

Zdjęcie na wprost z neutralnym wyrazem twarzy oraz jedno z palcem unoszącym każdą brew. To zazwyczaj wystarczy, abym mógł powiedzieć, czy potrzebujesz operacji powiek, operacji brwi, czy obu.

Zbyt agresywne usunięcie skóry lub tłuszczu powoduje zapadnięty lub zaskoczony wygląd, który jest trudny do odwrócenia. Oczy powinny wyglądać jak te same oczy, tylko wypoczęte.

03

Chirurgia powiek górnych i dolnych

Blizna w zagięciu

Blefaroplastyka górna

Precyzyjna elipsa nadmiaru skóry jest usuwana poprzez nacięcie ukryte w zagięciu powieki. W razie potrzeby usuwa się również niewielki pasek mięśnia lub trochę tłuszczu.

Dopasowane do powieki

Tłuszcz: usunięty, przemieszczony lub oba

Nie traktuję każdej torby pod dolną powieką w ten sam sposób. W zależności od potrzeb powieki, tłuszcz jest usuwany, przenoszony w zagłębienie pod torbą lub oba, tak aby nie pozostał pusty wygląd.

Brak zewnętrznej blizny

Powieka dolna, od wewnątrz

Gdy nie ma nadmiaru skóry, cała operacja jest wykonywana od wewnątrz powieki, metodą przezspojówkową, i nie pozostawia widocznej blizny.

Gdy występuje nadmiar skóry

Powieka dolna, pod rzęsami

Gdy powieka dolna również ma nadmiar skóry, nacięcie jest ukryte tuż pod linią rzęs i usuwany jest konserwatywny pasek skóry.

Canthopexy

Wsparcie kąta zewnętrznego oka

Tam, gdzie zewnętrzny kącik opadł lub powieka jest wiotka, w tej samej sesji można dodać kantopeksję, aby ją podeprzeć; decydujemy o tym wspólnie przed operacją. W przypadku wiotkiej powieki operacja bez tego wsparcia grozi pociągnięciem powieki w dół.

Często łączone

Lifting brwi lub skroni

Gdy brew jest częścią problemu, lifting brwi lub skroni jest często wykonywany wraz z blefaroplastyką górną, podczas jednej sesji.

Często planowane w tej samej operacji

- Lifting twarzy lub szyi, ponieważ środkowa część twarzy i powieki dolne starzeją się razem
- Lifting brwi lub skroni
- Rynoplastyka, lifting ust lub inne zabiegi na twarz
- Zabiegi na ciało, gdy nie jest planowany lifting twarzy

Lifting twarzy nigdy nie jest łączony z chirurgią ciała, więc powieki planowane z liftingiem twarzy są wykonywane podczas sesji na twarz. Kombinacje są planowane z wyprzedzeniem, jako jedna operacja i jedna rekonwalescencja.

04

Czy jest Pan/Pani dobrym kandydatem?

Najlepsi kandydaci to osoby w dobrym ogólnym stanie zdrowia, którym przeszkadzają strukturalne opadanie powiek lub worki, i które mają nadzieję wyglądać na wypoczęte, a nie inaczej.

Większość moich pacjentów z problemami powiek dzieli się na trzy grupy

Opadające powieki górne

Widoczne opadanie, trudności z nałożeniem eyelinera, uczucie ciężkości pod koniec dnia lub nieświadome unoszenie brwi, aby utrzymać oczy otwarte.

Worki pod oczami

Worki z wystającego tłuszczu. Nie reagują na kremy, sen ani wypełniacze w żaden trwały sposób, ponieważ problem ma charakter strukturalny.

Brew i powieki razem

Większość pacjentów po pięćdziesiątce. Lifting brwi lub skroni z konserwatywną blefaroplastyką, często podczas jednej sesji.

Kiedy powiem nie lub jeszcze nie

- Twoje ciężkie powieki to tak naprawdę opadająca brew. Usunięcie skóry powiek pogorszyłoby sytuację, dlatego zamiast tego oceniana jest brew.
- Twoje cienie pod oczami to pigmentacja, a nie cień. Operacja nie zmienia koloru.
- Chcesz uzyskać przesadzony wygląd ze zdjęć z filtrami. Żadna operacja nie zapewnia tego naturalnie, i powiem to jasno.
- Mniejszy, niechirurgiczny zabieg byłby dla Ciebie lepszy. Powiem Ci, ponieważ odpowiedni mniejszy zabieg zachowuje naturalne rezultaty.

05

Operacja

ZNIECZULENIE

Powieki górne często miejscowe z lekką sedacją; dolne lub połączone, głębsza sedacja lub ogólne

CZAS OPERACJI

Od 45 minut do 2 godzin; wsparcie kąta zewnętrznego oka dodaje od 15 do 20 minut

SZPITAL

Same powieki górne: zazwyczaj zabieg jednodniowy. Powieki dolne lub wszystkie cztery powieki: zazwyczaj jedna noc

SZEWY

Usunięte w Stambule, od 5. dnia, najlepiej 7. dnia

Konsultację i operację wykonuję osobiście. Szczególnie w przypadku powieki dolnej, doświadczenie chirurga powinno mieć większe znaczenie w Twojej decyzji niż cena.

Gdzie są blizny

Blizna na powiece górnej znajduje się w naturalnym zagięciu. Po dojrzeniu jest praktycznie niewidoczna, gdy oczy są otwarte.

Powieka dolna operowana od wewnątrz nie pozostawia zewnętrznej blizny; operowana od zewnątrz jest ukryta tuż pod linią rzęs. Nie stosuje się drenów.

06

Pana/Pani dni w Stambule

Zaplanuj około tygodnia w Stambule.

Dzień 0

Chirurgia

Twoja operacja. Same powieki górne to zazwyczaj zabieg jednodniowy; po operacji powiek dolnych lub wszystkich czterech powiek zazwyczaj zostajesz jedną noc w szpitalu. Zimne okłady zaczynają się od razu.

Dni 1 do 4

Hotel

Głowa uniesiona, bez schylania się i podnoszenia. Obrzęk i zasinienie osiągają szczyt. Zimne okłady przez pierwsze 48 do 72 godzin, krople i maść dokładnie według zaleceń, ekrany tylko na krótkie okresy i krótkie spacery każdego dnia.

Dni 5 do 7

Usunięcie szwów

Szewy są usuwane podczas ostatniej kontroli, najwcześniej piątego dnia, a najlepiej siódmego dnia.

Po kontroli

Lot powrotny

Większość pacjentów leci do domu między dniem piątym a siódmym. Noś okulary przeciwsłoneczne na zewnątrz, aby chronić się przed słońcem i wiatrem.

Planer rekonwalescencji

Użyj planera rekonwalescencji na mojej stronie internetowej, aby zamienić datę zabiegu w kalendarz dzień po dniu dla swojej podróży. mustafaaydinol.com/pl/planer-rekonwalescencji/

07

Po powrocie do domu

Około 2 tygodnie

Zasinienie w dużej mierze ustępuje po dziesięciu do czternastu dniach; po operacji czterech powiek może to potrwać od dwóch do trzech tygodni. Praca biurowa od 7 do 10 dni, a lekki makijaż oczu od około dziesiątego dnia. Soczewki kontaktowe (do tego czasu okulary), prowadzenie samochodu oraz intensywne ćwiczenia i podnoszenie ciężarów od około czternastego dnia.

3 do 4 tygodni

Pływanie, kąpiel w wannie, basenie lub morzu, od około trzeciego do czwartego tygodnia, gdy nacięcia całkowicie się zagoją.

2 miesiące

Większość obrzęku ustąpiła. Blizny dojrzewają przez kilka kolejnych miesięcy.

Około 6 miesięcy

Ostateczny rezultat. Większość poprawy jest widoczna, gdy zasinienie ustąpi po około dwóch tygodniach, ale ostateczny rezultat pojawia się po kilku miesiącach.

Normalne we wczesnych tygodniach

- Obrzęk i zasinienie, które osiągają szczyt w pierwszych dniach
- Suche lub łzawiące oczy przez kilka dni
- Łagodne zamglenie widzenia przez kilka dni
- Różowe blizny, które bledną w ciągu kolejnych miesięcy

Proszę natychmiast skontaktować się z moim zespołem, jeśli zauważy Pan/Pani

- Nagłe nasilenie bólu lub obrzęku wokół jednego oka
- Jakakolwiek zmiana w widzeniu
- Gorączkę powyżej 38°C
- Krwawienie, które nie ustępuje

08

Ryzyko i uczciwe ograniczenia

Tymczasowe efekty obejmują obrzęk, zasinienie, suche lub łzawiące oczy oraz łagodne zamglenie widzenia przez kilka dni. Poważne komplikacje są rzadkie. Niepalenie chroni Twoje gojenie: proszę o zaprzestanie palenia cztery tygodnie przed operacją.

Suche lub łzawiące oczy

Częste i tymczasowe. Krople nawilżające i maść, stosowane dokładnie według zaleceń, chronią oko, podczas gdy się stabilizuje.

Asymetria i blizny

Rzadkie. Górna blizna znajduje się w zagięciu i po dojrzeniu jest praktycznie niewidoczna, gdy oczy są otwarte.

Położenie powieki dolnej

Niezbyt często, brzeg powieki dolnej może opadać lub wyglądać na zaokrąglony. Wspieranie wiotkiej powieki podczas tej samej operacji to sposób, w jaki to redukuję.

Nadmierna korekcja

Trudności z zamknięciem oczu lub zapadnięty, zaskoczony wygląd po agresywnym usunięciu. Oba są powodami, dla których usuwam tkanki konserwatywnie.

Dwa uczciwe ograniczenia

Rezultaty operacji powiek górnych zazwyczaj utrzymują się od dziesięciu do piętnastu lat, a wielu pacjentów nigdy nie powtarza operacji. Korekcja tłuszczu w powiece dolnej jest prawie trwała, ale skóra nadal się starzeje.

Chirurgia powiek nie leczy kurzych łapek, pigmentacji ani jakości skóry. Te problemy wymagają innych zabiegów, a ja powiem Ci, które.

09

Jak czytać zdjęcia przed i po

Miękkie światło, uniesione brwi lub uśmiech mogą sprawić, że prawie każdy rezultat operacji powiek będzie wyglądał dobrze. Uczciwe porównanie pokazuje oczy w spoczynku.

Na co zwrócić uwagę

- ✓ To samo światło i neutralny wyraz twarzy na obu zdjęciach, z otwartymi oczami i patrzącymi prosto przed siebie.
- ✓ Brwi w tej samej pozycji. Uniesione brwi ukrywają opadanie powiek na zdjęciu 'przed'.
- ✓ Powieka dolna: naturalna krzywizna, nie zaokrąglona ani pociągnięta w dół, i brak zagłębienia tam, gdzie był worek.
- ✓ Znaczniki czasu. Zdjęcia wykonane po dwóch tygodniach nie odzwierciedlają ostatecznego rezultatu. Poproś o zdjęcia z kilku miesięcy.

Dobra blefaroplastyka to zabieg, który przyjaciele zauważają, nie będąc w stanie powiedzieć, co się zmieniło. Jeśli zdjęcia 'przed' i 'po' wyglądają jak dwie różne osoby, to nie jest to rezultat, do którego dążę.

10

Pytania do każdego chirurga

Chirurg ma większe znaczenie niż technika, a struktura wokół zabiegu ma takie samo znaczenie jak sam zabieg.

1. Czy posiadasz certyfikat z chirurgii plastycznej, rekonstrukcyjnej i estetycznej, i kto dokładnie wykonuje operację?
2. Czy moim problemem jest powieka, brew, czy oba?
3. Czy usuniesz, czy repozycjonujesz tłuszcz w moich powiekach dolnych?
4. Czy moja powieka dolna potrzebuje wsparcia w zewnętrznym kąciku?
5. Jakie znieczulenie będę miał/a i czy zostanę w szpitalu?
6. Kiedy zostaną usunięte szwy i kiedy mogę lecieć?
7. Co się stanie, jeśli coś będzie wymagało uwagi po moim powrocie do domu?
8. Co dokładnie jest wliczone w cenę?

Sygnały ostrzegawcze

- Operacja powieki dolnej wybrana wyłącznie ze względu na cenę
- Planowane usunięcie skóry powiek bez oceny brwi
- Obietnica przesadzonego wyglądu 'lisich oczu'
- Brak jasnej odpowiedzi, kto operuje

11

Koszt i jak uzyskać wycenę

Chirurgia powiek w Stambule kosztuje znacznie mniej niż w Europie Zachodniej. Piszę wycenę po przejrzeniu Twoich zdjęć, nie wcześniej, ponieważ plan decyduje o cenie.

Co kształtuje Pana/Pani wycenę

- Powieki górne, dolne lub oba
- Usunięcie lub przemieszczenie tłuszczu oraz wsparcie zewnętrznego kącika
- Znieczulenie miejscowe z sedacją lub znieczulenie ogólne
- Zabiegi łączone, takie jak lifting brwi lub skroni

Jak uzyskać wycenę

1

Proszę przesłać swoje zdjęcia

Zdjęcie na wprost z neutralnym wyrazem twarzy oraz jedno z palcem unoszącym każdą brew.

2

Rozmowa wideo

Rozmawiamy o tym, co Cię niepokoi, czego potrzebują Twoje oczy i o Twoich pytaniach.

3

Wycena na piśmie

Twój plan i wycena na piśmie, z dokładnym wyszczególnieniem, co jest wliczone.

O dr. Aydınolu



Ukończyłem specjalistyczne szkolenie w zakresie chirurgii plastycznej, rekonstrukcyjnej i estetycznej na Uniwersytecie Dicle (2012 do 2017) i prowadzę własną praktykę w Stambule od 2020 roku. Moja praca obejmuje odmładzanie twarzy, operacje nosa, chirurgię piersi i modelowanie sylwetki, zawsze z tą samą zasadą: właściwy zabieg we właściwym czasie lub uczciwe nie.

Pacjenci z Niemiec, Włoch, Wielkiej Brytanii, Bliskiego Wschodu i wielu innych krajów podróżują do Stambułu na zabieg ze mną. Mój zespół i ja planujemy całą podróż wokół operacji.

- Ponad 10 000 zabiegów
- Członek ISAPS
- Tureckie Towarzystwo Chirurgów Plastycznych, Rekonstrukcyjnych i Estetycznych
- Rhinoplasty Society of Europe
- Autoryzacja Turystyki Zdrowotnej, Tureckie Ministerstwo Zdrowia

Państwa kolejny krok

Proszę przesłać kilka zdjęć na WhatsApp. Proszę powiedzieć mi, co najbardziej Pana/Panią niepokoi, a ja powiem szczerze, co bym polecił.

WHATSAPP +90 544 772 07 72

E-MAIL info@mustafaaydinol.com

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

Napisz do nas na WhatsApp

Zaplanuj rekonwalescencję

Chirurgia powiek

Ten przewodnik to informacje ogólne i nie zastępuje osobistej konsultacji medycznej. Pana/Pani plan, operacja i rekonwalescencja zależą od Pana/Pani własnego badania.