



Dr. Mustafa Aydinol

Wydanie: Wrzesień 2026

PRZEWODNIK DLA PACJENTA

Przewodnik po chirurgii powiek

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

Dr Mustafa Aydinol

Chirurg plastyczny, rekonstrukcyjny i estetyczny, Stambuł

Członek ISAPS

Tureckie Towarzystwo Chirurgów Plastycznych, Rekonstrukcyjnych i Estetycznych

Autoryzacja Turystyki Zdrowotnej, Tureckie Ministerstwo Zdrowia



Zanim zaczniesz

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.

Czytaj 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 Aydinol

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 jesteś dobrym kandydatem?
- 05 Operacja
- 06 Twoje 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 doktorze Aydinolu i Twoim następnym kroku

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 zwęzać 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 robi

- 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/

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.

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.

Zamiast usuwania

Repozycja tłuszczu

Nowoczesna chirurgia powiek dolnych polega bardziej na repozycji niż na usuwaniu. Tłuszcz jest przenoszony do zagłębienia pod workiem, zamiast być usuwany i pozostawiać zapadnięty 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

Gdy zewnętrzny kącik opadł lub powieka jest wiotka, podpieram go podczas tej samej sesji. Operacja powieki dolnej 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 ramach 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.

Czy jesteś 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.

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

SZWY

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.

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



Planer rekonwalescencji

Skorzystaj z planera rekonwalescencji na mojej stronie internetowej, aby zamienić datę operacji w kalendarz dzień po dniu dla Twojej podróży. mustafaaydinol.com/pl/planer-rekonwalescencji/

Po powrocie do domu

Okolo 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 i 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.

Okolo 6 miesięcy

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

Normalne w pierwszych 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

Skontaktuj się z moim zespołem natychmiast, jeśli zauważysz

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

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 redukuje.

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.

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.

Pytania do każdego chirurga

Chirurg ma większe znaczenie niż technika, a struktura wokół operacji ma takie samo znaczenie jak sama operacja.

- 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?

Czerwone flagi

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

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 wpływa na Twoją wycenę

- Powieki górne, dolne lub oba
- Repozycja tłuszczu i wsparcie kąta zewnętrznego oka
- Znieczulenie miejscowe z sedacją lub znieczulenie ogólne
- Zabiegi łączone, takie jak lifting brwi lub skroni

Jak uzyskać wycenę

1

Wyślij 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

Pisana wycena

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

O dr. Aydınolu



Ukończyłem specjalistyczne szkolenie z chirurgii plastycznej, rekonstrukcyjnej i estetycznej na Uniwersytecie Dicle (2012-2017) i prowadzę własną praktykę w Stambule od 2020 roku. Moja praca obejmuje odmładzanie twarzy, rynoplastykę, chirurgię piersi i konturowanie ciała, zawsze z tą samą zasadą: odpowiedni zabieg w odpowiednim czasie, albo uczciwe 'nie'.

Pacjenci z Niemiec, Włoch, Wielkiej Brytanii, Bliskiego Wschodu i wielu innych krajów podróżują do Stambułu na operacje 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

Wyślij kilka zdjęć na WhatsApp. Powiedz mi, co najbardziej Cię niepokoi, a ja szczerze powiem Ci, 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 zawiera ogólne informacje i nie zastępuje osobistej konsultacji medycznej. Twój plan, operacja i rekonwalescencja zależą od Twojego indywidualnego badania.