Dr. Mustafa Aydınol

Wydanie: wrzesień 2026

PRZEWODNIK DLA PACJENTÓW

Przewodnik po liposukcji i BBL

Co wyjaśniam każdemu pacjentowi przed liposukcją lub BBL w Stambule: co usunięcie tłuszczu może, a czego nie może zmienić, jak VASER, MicroAire i Renuvion działają razem, jak zapewnić bezpieczeństwo BBL i jak naprawdę wygląda 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

Liposukcja jest narzędziem do modelowania sylwetki, a nie operacją odchudzającą. Usuwa uporczywy tłuszcz, którego dieta i ćwiczenia nie są w stanie usunąć, i nie może usunąć luźnej skóry. Etyczna klinika czasami odradza jej wykonanie. To oznaka dobrego osądu, a nie utraconej sprzedaży.

BBL to najpierw liposukcja, a następnie transfer tłuszczu. U większości pacjentów liposukcja bardziej zmienia sylwetkę, a sposób umieszczenia tłuszczu decyduje o bezpieczeństwie operacji.

Proszę czytać ten przewodnik we własnym tempie. Kiedy będzie Pan/Pani gotowy/a, proszę przesłać mi kilka zdjęć, a ja szczerze powiem, czy liposukcja jest odpowiednim narzędziem dla Państwa ciała.

Dr Mustafa Aydınol

W tym przewodniku

01 Co liposukcja może, a czego nie może

02 VASER, MicroAire i Renuvion

03 Które obszary i jakie podejście

04 BBL: bezpieczne kształtowanie

05 Rezultaty z mojej praktyki

06 Czy jest Pan/Pani dobrym kandydatem?

07 Operacja

08 Pana/Pani dni w Stambule

09 Po powrocie do domu

10 Ryzyko i uczciwe ograniczenia

11 Jak czytać zdjęcia przed i po

12 Pytania do każdego chirurga

13 Koszt i jak uzyskać wycenę

14 O dr Aydınolu i Pana/Pani następny krok

01

Co liposukcja może, a czego nie może

Liposukcja usuwa tłuszcz spod skóry poprzez nacięcia o długości kilku milimetrów. Usunięte komórki tłuszczowe nie odrastają, ale te, które pozostają, mogą się powiększyć, jeśli znacznie przybierze się na wadze.

Każdy obszar oceniam w trzech warstwach

Skóra

Czy skóra skurczy się po usunięciu tłuszczu. Uszczypnij ją: jeśli po zwolnieniu pozostaje fałd, należy usunąć skórę, a nie tylko tłuszcz.

Tkanka tłuszczowa

Tłuszcz pod skórą, który jest leczony liposukcją: ile go jest, gdzie się znajduje i czy można go przenieść w inne miejsce.

Poniżej

Tłuszcz w jamie brzusznej, wokół narządów. Liposukcja nie może go dosięgnąć, więc jędrny, zaokrąglony brzuch pozostaje.

Czego liposukcja nie zrobi

- Nie jest to operacja odchudzająca i nie może zastąpić zdrowej diety i regularnych ćwiczeń.
- Nie leczy cellulitu i nie usuwa luźnej, obwisłej skóry.
- Nie dociera do tłuszczu w jamie brzusznej.

Luźna skóra i tłuszcz?

Ujędrnianie skóry

Renuvion lub Endolift pomagają łagodnie lub umiarkowanie luźnej skórze skurczyć się po liposukcji.

Usunięcie skóry

Gdy skóra wisi, plastyka brzucha, lifting ramion lub ud usuwa ją. Po znacznej utracie wagi sama liposukcja rzadko jest właściwym rozwiązaniem.

Uczciwa granica: jeśli uszczypnięcie skóry pozostawia fałd, który się utrzymuje, żadne urządzenie go nie usunie. Tkanka ta musi zostać usunięta chirurgicznie. mustafaaydinol.com/pl/renuvion-czy-plastyka-brzucha/

02

VASER, MicroAire i Renuvion

Nazwy technik są często używane w celach marketingowych. Większość moich planów obejmuje od dwóch do czterech obszarów i kilka narzędzi, z których każde wykonuje jedno zadanie.

VASER i MicroAire

VASER wykorzystuje ultradźwięki do rozluźnienia tłuszczu, z mniejszymi siniakami i lepszym obkurczeniem skóry; jest to technika z wyboru do szczegółowej, rzeźbionej pracy. MicroAire następnie równomiernie usuwa tłuszcz.

Renuvion na koniec

Plazma helowa pod skórą, przez te same małe nacięcia, pomaga łagodnie lub umiarkowanie luźnej skórze skurczyć się. Rzadko używam jej samodzielnie, a jej wynik ocenia się po sześciu miesiącach.

Co z lipo 360 i liposukcją HD?

Lipo 360 nie jest oddzielną technologią; jest to podejście, które traktuje brzuch, boki i plecy razem, dzięki czemu talia jest kształtowana pod każdym kątem. Liposukcja wysokiej rozdzielczości jest najbardziej wymagająca artystycznie i najmniej wybacza błędy, a uczciwy chirurg czasami odradza jej wykonanie.

Sama technika rzadko jest problemem. Problem leży w podejmowaniu decyzji wokół niej.

03

Które obszary i jakie podejście

Najczęściej zamawiane

Brzuch i talia

Tłuszcz z brzucha i talii, zazwyczaj z boków. Jeśli skóra jest luźna lub mięśnie się rozeszły, lepszym narzędziem jest plastyka brzucha.

Wokół talii

Lipo 360

Brzuch, boki, górna i dolna część pleców oraz linia biustonosza w jednym planie, dzięki czemu talia jest kształtowana pod każdym kątem, nie tylko z przodu.

Najpierw test uszczypnięcia

Ramiona i plecy

Skóra, która wraca na swoje miejsce, to problem liposukcji. Skóra, która pozostaje tam, gdzie ją umieścisz, wymaga zamiast tego liftingu.

Wewnętrzne i zewnętrzne

Uda i kolana

Biodra, zewnętrzne i wewnętrzne uda oraz kolana. W przypadku cienkiej, luźnej skóry liposukcja może pogorszyć zwiotczenie, i powiem Panu/Pani o tym.

Znieczulenie miejscowe

Podbródek i szyja

Podwójny podbródek leczony w znieczuleniu miejscowym z lekką sedacją, z około trzema dniami pobytu w Stambule.

Tłuszcz lub gruczoł

Męska klatka piersiowa

Tłuszcz jest leczony liposukcją; tam, gdzie problemem jest gruczoł, jest on również usuwany. Praca w wysokiej rozdzielczości jest możliwa tam, gdzie pozwala na to anatomia.

Często planowane w tej samej operacji

- BBL, z własnym tłuszczem przeniesionym do pośladków
- Plastyka brzucha, gdy skóra lub mięśnie wymagają naprawy
- Chirurgia piersi, w tym transfer tłuszczu do piersi
- Renuvion lub Endolift, gdy skóra potrzebuje pomocy w ujędrnieniu

> Kombinacje są planowane z wyprzedzeniem, jako jedna operacja i jedna rekonwalescencja. Jest to decyzja podejmowana podczas konsultacji, a nie wybór z menu.

04

BBL: bezpieczne kształtowanie

Tłuszcz jest pobierany z talii, boków, pleców i często z brzucha, przetwarzany i umieszczany w cienkich warstwach. Sposób jego umieszczenia to część, której nie widać na zdjęciu przed i po, i to właśnie ta część powinna decydować o tym, komu pozwoli Pan/Pani na operację.

Tylko nad mięśniem

Cały tłuszcz trafia do warstwy podskórnej, nad mięśniem pośladkowym. Żaden nie trafia do mięśnia ani pod mięsień, gdzie znajdują się żyły, które mogą przenosić tłuszcz do płuc.

Prowadzenie ultradźwiękowe

Ultradźwięki pokazują, gdzie znajduje się kaniula. Tępe kaniule o średnicy co najmniej 4 mm nigdy nie są skierowane w dół, pracują pod niskim ciśnieniem i w ciągłym ruchu.

Objętość ustalana przez tkankę

Objętość jest ustalana przez Państwa tkankę, a nie przez docelową liczbę. Nadmierne wypełnienie jest najczęstszą przyczyną obumierania przeszczepionego tłuszczu.

Komu BBL pasuje, a komu nie

- Potrzebuje Pan/Pani wystarczającej ilości tłuszczu dawcy, rozsądnej skóry na pośladkach i stabilnej wagi.
- Jeśli jest Pan/Pani bardzo szczupły/a, powiem o tym, zamiast agresywnie pobierać tłuszcz. Wtedy implanty mogą być lepszym rozwiązaniem.
- Jeśli skóra pośladków jest luźna, lepszy jest lifting. Dodanie objętości pod luźną skórę sprawia, że skóra staje się jeszcze luźniejsza.
- Palenie obniża przeżywalność tłuszczu, więc ma to jeszcze większe znaczenie przed BBL.

Ile tłuszczu pozostaje?

Znacząca część jest wchłaniana w ciągu pierwszych trzech miesięcy: około 40 do 60 procent przeszczepionego tłuszczu przeżywa, a dokładna liczba różni się w zależności od osoby, więc nikt nie może tego obiecać. Kształt, który ma Pan/Pani po trzech do sześciu miesiącach, jest tym, który się utrzymuje, pod warunkiem, że waga pozostaje stabilna, a niektórzy pacjenci decydują się na drugą sesję.

05

Rezultaty z mojej praktyki

To są moi własni pacjenci. Niektórzy zezwalają tylko na zdjęcia po, i zaznaczam to pod każdym z nich.

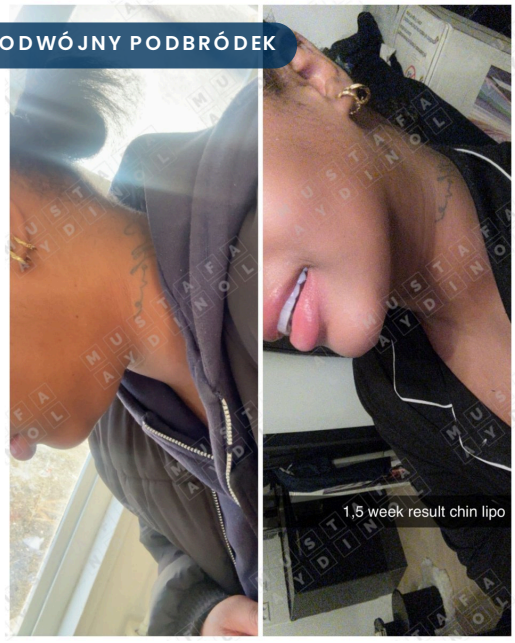
MĘSKA LIPOSUKCJA HD



LIPO I KLATKA PIERSIOWA



PODWÓJNY PODBRÓDEK



Trzy pacjentki

Trzy różne obszary

Liposukcja wysokiej rozdzielczości męskiego brzucha; liposukcja z korekcją męskiej klatki piersiowej; oraz liposukcja podwójnego podbródka półtora tygodnia po operacji. Przed po lewej, po po prawej.

Więcej rezultatów



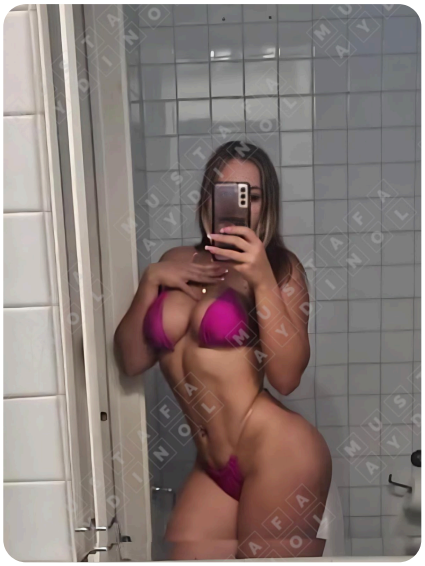
Liposukcja 360 i BBL

Z plastyką brzucha i liftingiem piersi, wiek 60 lat. Przed (po lewej) i tydzień po (po prawej).



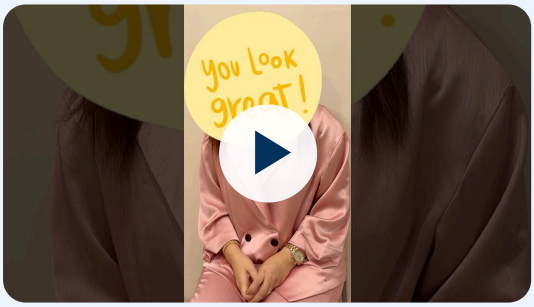
Liposukcja i Renuvion

Po operacji. Ta pacjentka zezwoliła tylko na zdjęcie po.



Liposukcja, VASER i Renuvion

Po operacji. Tylko zdjęcie po, na prośbę pacjentki.



HISTORIA PACJENTA

Rewizja po wielu zabiegach liposukcji: VASER i Renuvion, z przeszczepem tłuszczu w zagłębienia.

Zeskanuj, aby obejrzeć

Więcej rezultatów: mustafaaydinol.com/pl/galeria-przed-i-po/

06

Czy jest Pan/Pani dobrym kandydatem?

Najlepsi kandydaci są blisko stabilnej wagi, z rozsądną skórą i uporczywym tłuszczem, którego dieta i ćwiczenia nie zmieniły.

Większość moich pacjentów poddających się liposukcji dzieli się na trzy grupy

Uporczywe obszary

Tłuszcz, który pozostaje w określonych obszarach przy stabilnej wadze: brzuch, boki, uda, ramiona lub podbródek.

Kształt i krzywizny

Lipo 360 z BBL, aby ukształtować talię i przenieść objętość tam, gdzie Pan/Pani tego chce.

Mężczyźni

Brzuch, boki i klatka piersiowa, z pracą w wysokiej rozdzielczości tam, gdzie pozwala na to skóra i anatomia.

Kiedy powiem nie lub jeszcze nie

- Chce Pan/Pani schudnąć. Liposukcja jest narzędziem do modelowania sylwetki, i powiem Panu/Pani o tym.
- Państwa skóra jest znacznie luźna, na przykład po znacznej utracie wagi. Sama liposukcja sprawiłaby, że byłaby jeszcze luźniejsza.
- Pani waga nadal się zmienia, w tym na lekach odchudzających. Zazwyczaj chcę, aby była stabilna przez cztery do sześciu miesięcy.
- Państwa BMI wynosi 30 lub więcej. Liposukcja i BBL zazwyczaj wtedy czekają, chociaż niektóre inne operacje mogą być nadal możliwe.

07

Operacja

ZNIECZULENIE

Znieczulenie ogólne; miejscowe dla małych obszarów, takich jak podbródek

CZAS OPERACJI

Około 1 do 4 godzin; BBL około 3 do 4

SZPITAL

Jedna noc; dwie w połączeniu z plastyką brzucha lub liftingami

DRENY

Zazwyczaj usuwane w ciągu dwóch do trzech dni, rzadko później, w zależności od ilości płynu zebranego w ciągu 24 godzin. Nigdy nie leci Pani/Pan do domu z drenami.

Usunięcie nadmiernych objętości w jednej operacji jest jedną z przyczyn złych wyników. Obszary dawcze planuję tak starannie, jak miejsce biorcze, zamiast traktować je jako źródło surowca.

Nacięcia i ucisk

Nacięcia mają kilka milimetrów długości, są umieszczane w fałdach skóry i obszarach zakrytych bielizną, i znacznie bledną w ciągu dwunastu miesięcy.

Nosi Pan/Pani odzież uciskową w dzień i w nocy. Noszenie w nocy pozostaje obowiązkowe przez cały okres, ponieważ Państwa ciało nie może być monitorowane podczas snu.

08

Pana/Pani dni w Stambule

Proszę zaplanować pięć do siedmiu dni w Stambule, a około tygodnia po BBL.

Dzień 0

Chirurgia

Operacja, a następnie jedna noc w szpitalu. Chodzi Pan/Pani od pierwszego wieczoru.

Dni 1 do 4

Hotel i masaż

Masaż limfatyczny rozpoczyna się w Stambule, z dwoma do trzech sesji wliczonych w cenę. Dreny zazwyczaj są usuwane w ciągu dwóch do trzech dni, w zależności od ilości płynu zebranego w ciągu 24 godzin.

Po BBL

Chodź, odpoczywaj, trochę siedź

Krótkie siedzenie, do około pół godziny jednorazowo, na poduszce, która przenosi ciężar na tylną część ud. Śpij na brzuchu lub na boku.

Dni 5 do 7

Ostateczna kontrola i lot

Większość pacjentów wraca do domu między piątym a siódmym dniem, po ostatecznej kontroli. Po BBL, proszę spakować poduszkę na lot.

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/

09

Po powrocie do domu

1 do 2 tygodni

Praca biurowa od około tygodnia po liposukcji, dwa tygodnie po BBL. Pierwszy prysznic około dziesiątego dnia. Jazda samochodem od około dziesiątego dnia, na poduszce po BBL.

3 do 6 tygodni

Ucisk przez co najmniej sześć tygodni, wielu pacjentów do ośmiu; od około trzeciego tygodnia noszenie w dzień staje się opcjonalne, noszenie w nocy pozostaje obowiązkowe. Masaż kontynuowany w domu, dwa do trzech razy w tygodniu. Lekkie cardio od około trzeciego tygodnia po samej liposukcji.

6 do 8 tygodni

Pełny trening od około szóstego tygodnia po samej liposukcji. Po BBL, lekkie cardio od szóstego tygodnia, normalne siedzenie od około szóstego tygodnia i pełny trening od ósmego tygodnia.

3 do 6 miesięcy

Większość obrzęków ustępuje po trzech miesiącach, a ostateczny wynik jest widoczny po trzech do sześciu miesiącach. Wynik, który widzi Pan/Pani w trzecim miesiącu, jest kształtowany przez to, co robi Pan/Pani w pierwszych sześciu tygodniach.

Normalne we wczesnych tygodniach

- Obrzęk i siniaki w leczonych obszarach
- Jędrne lub nierówne obszary na początku: masaż jest jak prasowanie skóry
- BBL, który wygląda teraz na większy niż będzie po trzech miesiącach

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

- Obszar, który szybko lub boleśnie puchnie
- Bolesną lub opuchniętą łydkę
- Duszność lub ból w klatce piersiowej
- Gorączka

10

Ryzyko i uczciwe ograniczenia

Ryzyko liposukcji to siniaki, obrzęki, nieregularności konturu, asymetria, seromy, infekcje i zakrzepy krwi. Złe wyniki zazwyczaj wynikają z decyzji: niewykwalifikowanych operatorów, złego doboru przypadku, niebezpiecznych placówek i nadmiernych objętości.

Nierówny kontur

Falistość, wgniecenia lub asymetria. Równomierne usunięcie, masaż i ucisk mają znaczenie, podobnie jak uczciwe ograniczenie objętości.

Surowica

Płyn zbierający się pod skórą. Obszar, który szybko lub boleśnie puchnie, wymaga natychmiastowej konsultacji, a nie czekania.

Oparzenia urządzeniami

Renuvion i Endolift mogą powodować oparzenia lub nieregularności. Ryzyko jest związane z techniką i ustawieniami.

Zator tłuszczowy po BBL

Tłuszcz docierający do płuc, najpoważniejsze ryzyko BBL. Umieszczanie tłuszczu tylko nad mięśniem, pod kontrolą ultradźwięków, zapobiega temu; opublikowane ryzyko spadło około sześciokrotnie.

Dwa uczciwe ograniczenia

Liposukcja nie chroni przed przyrostem masy ciała. Usunięte komórki tłuszczowe nie wracają, ale pozostałe mogą się powiększyć.

Przeszczepiony tłuszcz jest częściowo wchłaniany, więc BBL ocenia się po trzech do sześciu miesiącach, a czasami potrzebna jest druga sesja.

11

Jak czytać zdjęcia przed i po

Prawie każde ciało wygląda szczuplej z wysokiego kąta, z obrotem bioder, wstrzymanym oddechem lub filtrem. Uczciwe porównanie pokazuje cały obraz.

Na co zwrócić uwagę

- ✓ Ta sama postawa, odległość i światło na obu zdjęciach.
- ✓ Skóra, nie tylko zarys: falistość lub wgniecenia widoczne są w bocznym świetle.
- ✓ Po BBL, widoki z boku i z tyłu, oraz czy talia i biodra płyną naturalnie.
- ✓ Znaczniki czasu. Po tygodniu ciało jest nadal opuchnięte i utrzymywane przez ucisk. Proszę poprosić o zdjęcia po trzech do sześciu miesiącach.

Jakość umieszczenia przewyższa deklarowane litry. W BBL najważniejsza jest część, której zdjęcie nie może pokazać: gdzie umieszczono tłuszcz.

12

Pytania do każdego chirurga

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

1. Czy jest Pan certyfikowany w chirurgii plastycznej, rekonstrukcyjnej i estetycznej i którego towarzystwa jest Pan członkiem?
2. Czy liposukcja jest dla mnie odpowiednim narzędziem, czy potrzebuję usunięcia skóry?
3. Jakiej techniki użyje Pan/Pani dla moich obszarów i dlaczego?
4. W BBL, dokładnie gdzie umieszczany jest tłuszcz i czy używa Pan/Pani ultradźwięków?
5. Jaką objętość Pan/Pani planuje i jak jest ona ustalana?
6. Jak długo będę nosić ucisk i ile masaży jest wliczonych w cenę?
7. Kto sprawdza mnie w Stambule po zabiegu i z kim mam się kontaktować, gdy wrócę do domu?
8. Co dokładnie jest wliczone w cenę?

Sygnały ostrzegawcze

- Obiecana liczba litrów lub cm^3
- Gwarantowany procent przeżywalności tłuszczu
- Brak jasnej odpowiedzi, gdzie trafia tłuszcz BBL
- Pakiet wyceniony znacznie poniżej rynkowej

13

Koszt i jak uzyskać wycenę

Liposukcja i BBL w Stambule kosztują znacznie mniej niż w Wielkiej Brytanii, Niemczech czy szerzej w UE. Proszę uważać na podejrzanie niskie pakiety: koszty, które kliniki obcinają, to ubezpieczenie znieczulenia, czas operacji i prowadzenie obrazowe.

Co kształtuje Pana/Pani wycenę

- Liczba obszarów
- Użyte techniki, takie jak VASER i Renuvion
- Czy tłuszcz jest przeszczepiany, jak w BBL
- Połączone procedury i pobyt w szpitalu

Jak uzyskać wycenę

1

Proszę przesłać swoje zdjęcia

Widoki z przodu, z boku i z tyłu obszarów, które Państwa niepokoją, w pozycji zrelaksowanej, z podaniem wzrostu i wagi.

2

Rozmowa wideo

Omówimy, czego Pan/Pani chce, na co pozwala Państwa ciało i Państwa pytania.

3

Wycena na piśmie

Państwa plan i wycena na piśmie, obejmujące szpital, znieczulenie, kontrolę w Stambule i sesje masażu tamże.

14

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 swoją rekonwalescencję

Liposukcja

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