Dr. Mustafa Aydınol

Izdanje: septembar 2026.

VODIČ ZA PACIJENTE

Vodič za operaciju dojki

Uvećanje, podizanje i redukcija. Ono što objašnjavam svakom pacijentu pre operacije grudi u Istanbulu: koja operacija odgovara kojoj grudi, kako se biraju implantati i kako zaista izgleda vaš oporavak.



Dr Mustafa Aydınol

Plastični, rekonstruktivni i estetski hirurg, Istanbul

Član ISAPS-a

Tursko društvo plastičnih, rekonstruktivnih i estetskih hirurga

Ovlašćenje za zdravstveni turizam, Ministarstvo zdravlja Turske

Pre nego što počnete

Operacija grudi nije jedna operacija. Uvećanje, podizanje, podizanje sa implantatima i redukcija tretiraju različite probleme, ostavljaju različite ožiljke i zahtevaju različit oporavak. Izbor prave operacije za vaše grudi važniji je od bilo čega drugog u ovom vodiču.

Prvo pitanje koje svaka pacijentkinja postavi jeste koja veličina je u pitanju. Prvo pitanje na koje ja odgovaram jeste šta odgovara vašoj građi. Vaša građa, vaše tkivo i položaj bradavice određuju plan, a ne broj sa društvenih mreža.

Pročitajte ovaj vodič svojim tempom. Kada budete spremni, pošaljite mi nekoliko fotografija i iskreno ću vam reći koja operacija je potrebna vašim grudima i da li vam uopšte treba.

Dr Mustafa Aydınol

U ovom vodiču

01 Šta operacija grudi može, a šta ne može

02 Implantati: veličina, vrsta i postavljanje

03 Koja operacija odgovara vašim grudima

04 Podizanje i redukcija: ožiljak prati grudi

05 Rezultati iz moje prakse

06 Da li ste dobar kandidat?

07 Operacija

08 Vaši dani u Istanbulu

09 Nakon što odletite kući

10 Rizici i iskrena ograničenja

11 Kako čitati fotografije pre i posle

12 Pitanja koja treba postaviti bilo kom hirurgu

13 Cena i kako dobiti ponudu

14 O dr Aydınolu i vašem sledećem koraku

01

Šta operacija grudi može, a šta ne može

Operacija grudi menja tri stvari: zapreminu, položaj i veličinu. Najveće razočaranje dolazi od tretiranja pogrešne stvari, kao što je implantat za grudi koja je opuštena ili podizanje za grudi koja je jednostavno mala.

Svaku grud procenjujem na tri načina

Volumen

Da li ima premalo ili previše? Implantat, masno tkivo ili oboje dodaju zapreminu; redukcija je uklanja i dovodi grudi u proporciju sa vašim telom.

Položaj

Gde se bradavica nalazi u odnosu na nabor ispod grudi. Ako je opuštena, grudi je potrebno podizanje, sa implantatom ili bez njega.

Tkivo

Elastičnost kože, debljina tkiva i oblik grudnog koša. Oni određuju implantat, njegovo postavljanje i dužinu ožiljka.

Šta operacija grudi neće učiniti

- Implantat ne podiže grudi koja je značajno opuštena. Često je podizanje iskrena preporuka i reći ću vam to direktno.
- Podizanje ne dodaje zapreminu. Vraća položaj i oblik, a grudi postaje nešto manja jer se uklanja koža.
- Ne zaustavlja vreme. Trudnoća, promena težine i starenje će i dalje menjati vaše grudi, a implantati nisu doživotni uređaji.

Niste sigurni da želite implantat ili veliki implantat?

Transfer masnog tkiva

Vaša sopstvena mast, uzeta liposukcijom, dodaje suptilnih pola do jedne veličine korpe. Deo se resorbuje, tako da se može planirati jedna ili dve sesije.

Kompozitni pristup

Manji implantat sa masnim tkivom presađenim preko njega: mekša ivica kod vitkih pacijenata sa tankim tkivom. To je deo mog objavljenog kliničkog rada.

Iskrena granica: masno tkivo ne može podići grudi koja je opuštena i ne može napraviti veliku promenu u veličini. Za to je potreban implantat, podizanje ili oboje. mustafaaydinol.com/sr/естетика-груди/

02

Implantati: veličina, vrsta i postavljanje

Izbor implantata je merenje, a ne kupovina. Merim širinu baze vaših grudi, debljinu vašeg tkiva, elastičnost kože, oblik grudnog koša i položaj nabora, a zatim zajedno isprobavamo veličine.

Vrsta i profil

Koristim kohezivne silikonske gel implante renomiranih proizvođača sa međunarodno priznatim bezbednosnim rezultatima. Okrugli implantati odgovaraju većini ciljeva; profil, koliko implantat ističe, je mesto gde se vrši većina fine podešavanja.

Postavljanje i rez

Većina mojih pacijenata dobija dvoslojni položaj, delimično ispod mišića, što je posebno pogodno kod vitkih pacijenata sa tankim tkivom. Iznad mišića, ispod tanke fascije koja prekriva grudni mišić (subfascijalno), može biti pravo rešenje kada je tkivni pokrivač dovoljno obilan. Preferiram rez u naboru ispod grudi, gde se ožiljak krije.

Da li su implantati doživotni?

Ne. Mnogi pacijenti zadržavaju iste implantate petnaest godina ili duže i ne postoji fiksni datum za njihovu zamenu, ali planirajte pod pretpostavkom da će zamena možda biti potrebna u nekom trenutku. Ako su vaši implantati stariji od šest godina i nikada nisu skenirani, uradite ultrazvuk.

Broj kubnih centimetara prepisan sa društvenih mreža nije plan. Kopiranje brojeva druge žene je kao nošenje njenih dioptrijskih naočara: proizvod je identičan, rezultat nije.

03

Koja operacija odgovara vašim grudima

Implantat, rez u naboru

Povećanje grudi

Za male grudi u odnosu na vašu građu, zapreminu izgubljenu nakon trudnoće ili gubitka težine ili asimetriju, sa bradavicom još uvek na nivou nabora ili iznad njega.

Manji implantat i masno tkivo

Kompozitno uvećanje

Manji implantat sa strukturnim presađivanjem masnog tkiva, za vitke pacijente sa tankim tkivom, blagom asimetrijom ili nakon gubitka težine. Potrebno je dovoljno masnog tkiva za uzimanje.

Bez implantata

Transfer masnog tkiva

Suptilna promena od polovine do jedne veličine korpe sa vašim sopstvenim masnim tkivom, za pacijente koji ne žele implantat i imaju masnog tkiva za uzimanje.

Ožiljak određen opuštanjem

Podizanje grudi

Za grudi koje su opuštene. Bradavica se podiže i tkivo preoblikuje; punoća u gornjem delu grudi može poticati od vašeg sopstvenog tkiva ili od masnog tkiva.

Obično jedna faza

Podizanje sa implantatima

Za grudi koja je opuštena i izgubila zapreminu. Zahtevnije: podizanje zateže kožu dok je implantat rasteže. Dve faze kada je opuštanje ozbiljno i implantat velik.

Olakšanje kao i oblik

Smanjenje grudi

Za teške grudi koje izazivaju bol u vratu, ramenima i leđima, žlebove od kaiševa ili osipe. Obično jednu do tri veličine korpe manje, sa ugrađenim podizanjem.

Često se planira u istoj operaciji

- Abdominoplastika i liposukcija, kao mommy makeover
- Liposukcija bočne strane grudnog koša i oblasti prema pazuhu
- Transfer masnog tkiva na gornji deo grudi ili na zadnjicu
- Uklanjanje implantata sa podizanjem, za pacijente koji žele da uklone implantate

> Najviše tri velika podizanja idu u jednu sesiju, a podizanje ili redukcija grudi računa se kao jedno. Kombinacije se planiraju unapred, kao jedna operacija i jedan oporavak.

04

Podizanje i redukcija: ožiljak prati grudi

Obe operacije podižu bradavicu i preoblikuju grudi. Koliko je grudi opuštena i koliko ima labave kože određuje ožiljak. Biram najkraći ožiljak koji će zaista zadržati rezultat.

Oko areole

Samo za blago opuštanje sa dobrom kožom. Podiže bradavicu jedan do dva centimetra i može smanjiti areolu. Korišćen za veće opuštanje, spljošti grudi i proširi ožiljak.

Vertikalni ili lolipop

Radna konj za umereno opuštanje i za male do umerene redukcije. Sužava bazu i daje projektovaniji oblik. Ožiljak izgleda alarmantno u početku i dobro se smiruje tokom godine.

Sidro ili obrnuto T

Za ozbiljno opuštanje, veoma labavu kožu nakon gubitka težine i velike redukcije. Dodaje ožiljak u naboru ispod grudi, koji sama grudi krije kada stojite.

Kako štitim osećaj i dojenje

- Bradavica ostaje pričvršćena za pedikl, most tkiva koji nosi njeno krvno i nervno snabdevanje. Pomera se, ne odseca.
- U većini redukcija koristim superiomedijalni pedikl; kod veoma velikih grudi inferiorni pedikl je alternativa.
- Samo u ekstremnim slučajevima se bradavica uklanja i presađuje nazad. To je retko, znači da se osećaj i dojenje gube i unapred vam kažem.
- Tkivo uklonjeno u redukciji se meri i šalje na rutinsku patologiju.

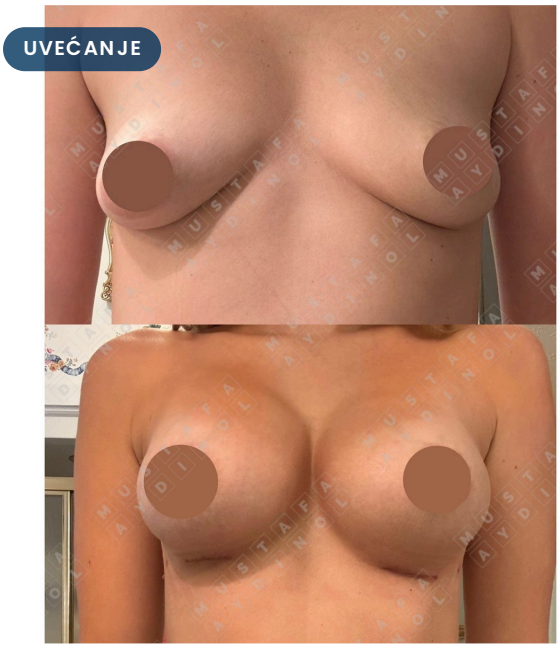
Kada je pravo vreme?

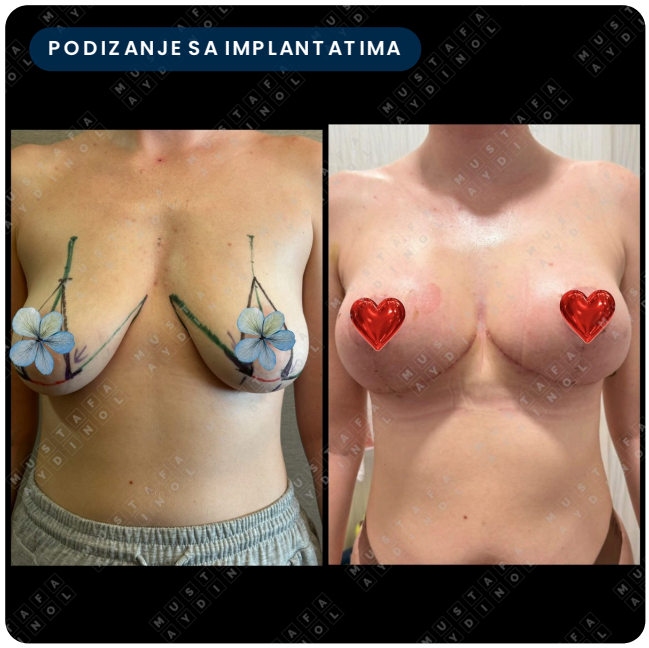
Kada je vaša težina stabilna, obično četiri do šest meseci, i kada ne planirate trudnoću uskoro. Ako planirate, obično je bolje sačekati do nakon toga. Nakon velikog gubitka težine, većini pacijenata je potreban obrazac sidra.

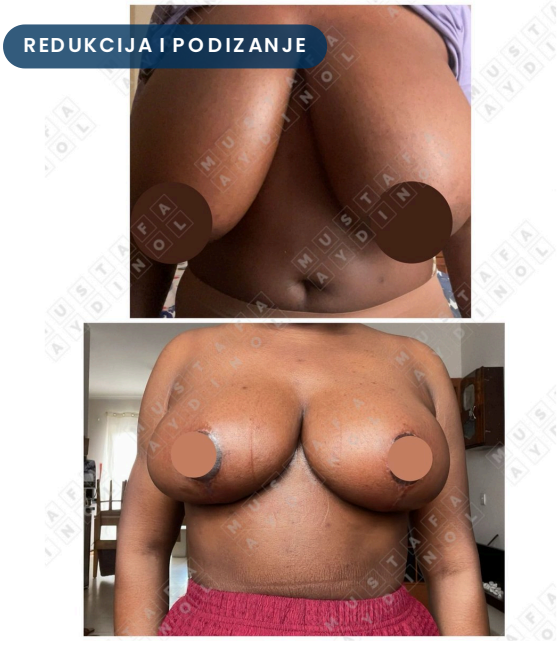
05

Rezultati iz moje prakse

Ovo su moji pacijenti, fotografisani pre i posle operacije.







Tri pacijenta

Tri različite operacije

Uvećanje grudi sa implantatima, podizanje grudi sa implantatima i redukcija grudi sa podizanjem. Na svakoj fotografiji, pre je gore ili levo, posle dole ili desno.

Više rezultata



Podizanje grudi bez implantata

Sa abdominoplastikom, liposukcijom 360 i BBL, 60 godina. Pre (levo) i nedelju dana posle (desno).



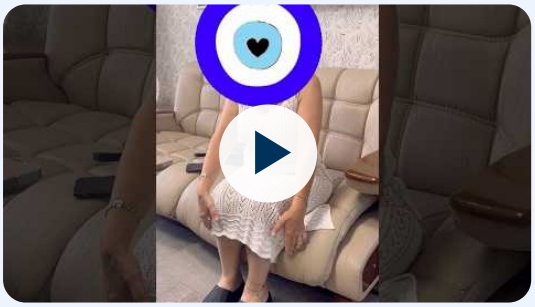
Podizanje grudi sa implantatima nakon gubitka od 30 kg

Deo mommy makeover sa abdominoplastikom, liposukcijom i BBL, 28 godina. Pre (levo) i nedelju dana posle (desno).



Povećanje grudi

Nakon operacije. Neki pacijenti daju dozvolu samo za fotografije posle.



PRIČA PACIJENTA

Kapsularna kontraktura nakon podizanja grudi sa implantatima: deformisani implantati su zamenjeni i kontraktura tretirana.

Skenirajte za gledanje

Više rezultata: mustafaaydinol.com/sr/галерија-пре-и-после/

06

Da li ste dobar kandidat?

Prava operacija zavisi od vaših grudi, a ne od veličine. Najbolji kandidati su u dobrom opštem zdravlju, na stabilnoj težini i jasni o tome šta ih muči.

Većina mojih pacijenata sa grudima spada u tri grupe

Premalo zapremine

Male grudi za građu ili zapremina izgubljena nakon trudnoće, dojenja ili gubitka težine, sa bradavicom još uvek na mestu. Uvećanje, sa implantatom, masnim tkivom ili oboje.

Opuštanje

Nakon trudnoće, dojenja ili gubitka težine ili prirodno opuštanje. Podizanje, sa implantatom ili bez njega; nakon velikog gubitka težine, obično obrazac sidra.

Preteške

Bol u vratu, ramenima i leđima, žlebovi od kaiševa, osipi ispod grudi, ograničenja u sportu. Redukcija, koja je podjednako o olakšanju kao i o obliku.

Kada ću reći ne, ili još ne

- Vaše grudi su opuštene i želite samo implantat. Često to nije dovoljno i reći ću vam to direktno.
- Vaša težina se i dalje menja, uključujući i uz lekove za mršavljenje. Obično želim da bude stabilna četiri do šest meseci.
- Planirate trudnoću uskoro. Obično je bolje sačekati do nakon toga.
- Tražite veličinu koju vaše tkivo ne može podneti ili još jedno povećanje. U nekom trenutku moj posao je da kažem ne.

07

Operacija

ANESTEZIJA

Opšta anestezija, u akreditovanoj bolnici

VREME OPERACIJE

Uvećanje 1 do 1,5 sat; podizanje 2 do 3; redukcija 3 do 4

BOLNICA

Jedna noć

DRENOVI

Obično se uklanjaju drugog ili trećeg dana, na osnovu tečnosti koju prikupe za 24 sata

Redukciju planiram po proporciji, a ne po obećanoj veličini korpe. Samo tkivo postavlja granicu, tako da ne garantujem veličinu korpe.

Konci, ožiljci i zavoji

Koža se zatvara u slojevima apsorbujućim koncima, tako da nema konaca za uklanjanje. Nakon uvećanja ožiljak se nalazi u naboru ispod grudi; nakon podizanja ili redukcije prati obrazac koji vašim grudima treba.

Vaš završni zavoj se radi na pregledu pre nego što poletite i nosite rezervne zavoje kući. Drenovi se nikada ne ostavljaju da ih sami rešavate kod kuće.

08

Vaši dani u Istanbulu

Planirajte pet do sedam dana boravka u Istanbulu.

Dan 0

Operacija

Vaša operacija pod opštom anestezijom. Hodate iste večeri.

Dan 1

Jedna noć u bolnici

Noć pod pažljivim nadzorom, zatim se preselite u svoj hotel u hirurškom brusluku, uz svakodnevni kontakt mog tima.

Dani 2 do 3

Hotel

Drenovi se obično uklanjaju drugog ili trećeg dana, na osnovu koliko tečnosti prikupe za 24 sata. Kratke šetnje svakog dana i održavajte zavoje suvim.

Dani 5 do 7

Završna provera

Vaš završni pregled i zavoj, dan pre vašeg leta. Većina pacijenata leti kući između petog i sedmog dana.

Planer oporavka

Koristite planer oporavka na mom veb-sajtu da biste datum operacije pretvorili u kalendar za vaše putovanje, dan po dan. mustafaaydinol.com/sr/планер-опоравка/

09

Nakon što odletite kući

Oko 1 do 2 nedelje

Nakon uvećanja, kancelarijski posao od oko sedmog dana i vožnja od desetog dana; nakon podizanja ili redukcije, deseti i dvanaesti dan. Vaše prvo tuširanje oko desetog dana, kada takođe sami menjate zavoj.

Oko 3 do 4 nedelje

Počinje nega ožiljka, sa silikonskim gelom ili listovima i zaštitom od sunca. Od oko treće nedelje meki sportski brustluk bez žice i spavanje na boku ako je udobno. Lagan kardio za donji deo tela i kada, bazen ili more, od oko četvrte nedelje.

6 nedelja

Nosite svoj potporni brustluk danju i noću do oko šeste nedelje. Zatim se podrška može ublažiti i mogu početi vežbe za grudi, trening gornjeg dela tela i teško podizanje.

3 meseca do godinu

Implantati se spuštaju i omekšavaju u svoj konačni položaj tokom oko tri meseca; procenite rezultat na šest. Nakon podizanja ili redukcije oblik se smiruje do oko četiri meseca, a ožiljci nastavljaju da sazrevaju godinu ili više.

Normalno u ranim nedeljama

- Zategnutost i oticanje, najviše u prve dve nedelje
- Implantati koji sede visoko i osećaju se čvrsto u početku
- Promene u osećaju bradavice, koje se obično smiruju
- Ožiljci koji izgledaju crveno i izdignuto prvih meseci

Odmah kontaktirajte moj tim ako primetite

- Temperaturu iznad 38°C
- Jednu grudi iznenada otečeniju, crveniju ili bolniju
- Ispust iz reza
- Bolan list ili nedostatak vazduha

10

Rizici i iskrena ograničenja

Svaki hirurg koji predstavlja operaciju grudi kao bez rizika vas ne informiše. Nepušenje je najvažnija stvar koju možete učiniti da zaštitite svoje zarastanje: molim vas da prestanete četiri nedelje pre operacije.

Kapsularna kontraktura

Ožiljno tkivo oko implantata koje ga zateže i očvršćava. Dobar pokrivač tkiva i dosledna podrška dok se kapsula formira smanjuju je; kada se desi, tretira se revizijom.

Zarastanje rana

Nakon podizanja ili redukcije, najverovatnije tamo gde se ožiljci sastaju ispod grudi. Serom, hematom, infekcija i, retko, delimični gubitak bradavice su drugi rizici.

Osećaj i dojenje

Osećaj bradavice se često menja rano i obično se vraća, ali može biti smanjen. Dojenje je obično moguće, ali nijedan hirurg ne može to garantovati.

Implantat i oblik

Malpozicija, nabiranje u tankom tkivu i asimetrija. BIA-ALCL je redak i povezan uglavnom sa određenim teksturiranim implantatima, zbog čega implantat i njegov proizvođač imaju značaja.

Dva iskrena ograničenja

Implantati nisu doživotni uređaji, a podizanje ili redukcija ne zaustavlja vreme. Trudnoća, promena težine i starenje još uvek menjaju grudi; neki pacijenti trebaju reviziju deceniju ili više kasnije.

Ožiljci su trajni. Blede tokom jedne do dve godine, ali ne nestaju, a kako izgledaju zavisi od vaše kože koliko i od moje tehnike.

11

Kako čitati fotografije pre i posle

Grudi je lako uljepšati na fotografiji: push-up brustluk, podignute ruke, okret ramena. Pošteno poređenje pokazuje vam celu sliku.

Šta tražiti

- ✓ Isti stav, udaljenost i svetlo na obe fotografije, sa rukama dole.
- ✓ Gde bradavica sedi na grudima, a ne samo koliko su grudi velike.
- ✓ Ožiljci: gde su i koliko dugački, a ne samo oblik.
- ✓ Vremenske oznake. Implantati sede visoko i čvrsto nedeljama, a ožiljci ostaju crveni mesecima. Zatražite da vidite šest i dvanaest meseci.

Isto pravilo primenjujem na svoje pacijente. Oblik koji vidite petog dana nije oblik sa kojim ćete živeti; rezultat sa kojim ćete živeti je onaj u šestom mesecu.

12

Pitanja koja treba postaviti bilo kom hirurgu

Hirurg je važniji od tehnike, a struktura oko operacije je jednako važna kao i sama operacija.

1. Da li ste sertifikovani za plastičnu, rekonstruktivnu i estetsku hirurgiju, i član kojih ste društava?
2. Koju operaciju preporučujete za mene i zašto ne alternative?
3. Kako ste izabrali veličinu, vrstu i postavljanje implantata za moje telo?
4. Koji proizvođač pravi implantat i koja garancija dolazi sa njim?
5. Gde tačno će biti moji ožiljci i zašto taj obrazac?
6. Kako štitite osećaj bradavice i mogućnost dojenja?
7. Ko me pregleda u Istanbulu nakon operacije, i koga da kontaktiram kada se vratim kući?
8. Šta je tačno uključeno u cenu?

Crvene zastavice

- Cena pre nego što je iko video vaše fotografije
- Veličina implantata izabrana sa fotografije ili cc broja
- Implantat sam za grudi koja je jasno opuštena
- Ponuda koja ne navodi proizvođača implantata

13

Cena i kako dobiti ponudu

Ne objavljujem jednu cenu, jer ne postoji jedna operacija grudi. Operacija u Istanbulu košta znatno manje nego u Ujedinjenom Kraljevstvu, Nemačkoj ili širem EU jer su lokalni operativni troškovi niži, a ne zato što je nešto izostavljeno u sali.

Šta oblikuje vašu ponudu

- Operacija: uvećanje, podizanje, podizanje sa implantatima ili redukcija
- Implantati, sa navedenim proizvođačem i garancijom
- Dodati transfer masnog tkiva ili liposukcija
- Da li je kombinovano sa drugom operacijom i boravak u bolnici

Kako dobiti ponudu

1

Pošaljite svoje fotografije

Pogled spreda i sa strane, stojeći opušteno sa rukama dole, sa vašom visinom, težinom i veličinom brustluka.

2

Video poziv

Razgovaramo o tome šta želite, šta vašem telu treba, i o vašim pitanjima.

3

Pisana ponuda

Vaš plan i vaša ponuda pismeno, uključujući bolnicu, anesteziju, implantate, patologiju nakon redukcije, praćenje u Istanbulu i postoperativni kontakt.

14

O dr Aydınolu



Završio sam specijalističku obuku iz plastične, rekonstruktivne i estetske hirurgije na Univerzitetu Dikle (2012. do 2017.) i vodim sopstvenu praksu u Istanbulu od 2020. godine. Moj rad obuhvata podmlađivanje lica, rinoplastiku, operacije dojke i oblikovanje tela, uvek sa istim pravilom: prava procedura u pravo vreme, ili iskreno ne.

Pacijenti iz Nemačke, Italije, Ujedinjenog Kraljevstva, Bliskog istoka i mnogih drugih zemalja putuju u Istanbul na operaciju kod mene. Moj tim i ja planiramo celo putovanje oko operacije.

- 10.000+ procedura
- Član ISAPS-a
- Tursko društvo plastičnih, rekonstruktivnih i estetskih hirurga
- Evropsko društvo za rinoplastiku
- Ovlašćenje za zdravstveni turizam, Ministarstvo zdravlja Turske

Vaš sledeći korak

Pošaljite nekoliko fotografija na WhatsApp. Recite mi šta vas najviše muči, a ja ću vam iskreno reći šta bih preporučio.

WHATSAPP +90 544 772 07 72

IMEJL info@mustafaaydinol.com

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

Pošaljite nam poruku na WhatsApp

Planirajte svoj oporavak

Operacija grudi

Ovaj vodič je opšta informacija i ne zamenjuje ličnu medicinsku konsultaciju. Vaš plan, operacija i vaš oporavak zavise od vašeg ličnog pregleda.