



AMELİYAT ÖNCESİ

1. Operasyon öncesi yapılması gereken kan tahlili sonuçlarını, operasyon tarihinden en az 1 hafta öncesinde bizlere iletmeniz gerekir.
2. Doktor tarafından konulmuş bir tanınız, hastalığınız varsa bizlere mutlaka bildirin. Düzenli olarak kullanmanız gereken tiroid, kalp, tansiyon, şeker ilaçları veya vitaminler var ise mutlaka bizlere bildirmeniz ve anestezi doktorumuzdan onay almamız gerekir.
3. Planlanan ameliyattan önce veya sonra 10 gün boyunca ASPIRİN veya aspirin içeren ürünleri ALMAYIN. Aspirin, kanınızın pıhtılaşma yeteneğini etkiler ve ameliyat sırasında veya ameliyat sonrası dönemde kanama eğilimini artırabilir. Operasyon sırasında fazla kanamaya, sonrasında ise hematoma ve morluklara sebep olabilir.
4. Ameliyattan önce ve sonra 2 hafta boyunca DIYET TAKVİYELERİ ALMAYIN. Bunlara vitaminler, zencefil, ginkgo biloba, sarımsak, co- enzim Q, ginseng ve balık yağları, magnezyum vs dahildir. Ameliyat sırasında ve sonrasında kanama ve morarma riskini artırabilir. Bu sürede yeşil çay, keten tohumu, kiraz sapı, domates çekirdeği gibi bitkisel ürünleri kullanmayı bırakın. Kullandığınız takviyeleri bizlere bildirin.
5. AMELİYATTAN 2 HAFTA ÖNCE VE AMELİYAT SONRASI 2 HAFTA Östrojen ilaçlarını (Doğum Kontrol Hapları ve Replasman Tedavisi) bırakın. Herhangi bir ilaç kullanmanız gerekirse mutlaka bizlere danışın. Ağrı kesici gerektiğinde Parol (parasetamol) kullanabilirsiniz. Geçirdiğiniz önemli bir hastalık, ameliyat, düzenli olarak kullandığınız ilaç varsa MUTLAKA bizlere iletin.
6. Ozempick, saksenda, mounjaro, vegovy gibi kilo verdirici şeker ilaçlarını operasyondan 1 hafta önce bırakmanız gerekir. Bu ilaç grubu midedeki besinlerin emilim süresini uzattığı için operasyon sırasında midedeki gıdaların soluk borusuna kaçmasına sebep olabilmektedir. Bu durum operasyon sırasında istenmeyen sonuçlara sebebiyet verebilir.
7. AMELİYAT ÖNCESİNDE SOĞUK ALGINLIĞI, ATEŞ, BOĞAZ AĞRISI, BURUN AKINTISI VEYA İSHAL GİBİ DURUMLAR GELİŞİRSE LÜTFEN BİZE BİLDİRİN.
8. Ameliyattan 4 hafta önce ve ameliyattan 2 hafta sonra SİGARA İÇMEYİN. Sigara sadece anestezi açısından değil cerrahi alanda da operasyon sonrası ciddi sıkıntılar oluşturmaktadır. Cildin iyileşmesini geciktirip yaralar oluşmasına sebep olabilir.
9. Ameliyatınızın öncesinde ve sonrasında, 5 gün ALKOL KULLANMAYIN. Alkol kanınızı sulandırdığı için morarma ve komplikasyon riskini arttırabilir.
10. Operasyon öncesi ve sonrası vücut ve bağırsak floranızın bozulmaması için sizlere önerdiğimiz probiyotiği düzenli olarak kullanın.
11. Fiziksel aktivitenizi arttırın özellikle son 3 gün uzun yürüyüşlere çıkmanızı öneririz.

HASTALIK GEÇMİŞİNİN (ÖYKÜSÜNÜN) DEĞERLENDİRİLMESİ (ANAMNEZ)

Sizlerden önceki kozmetik cerrahiler de dahil olmak üzere ayrıntılı bir geçmiş tıbbi öyküsü alıyoruz.

1. Önceki kozmetik işlemlerden memnun olup olmadığınız bizler için oldukça önemlidir.
2. Laparoskopik prosedürler de dahil olmak üzere karın üzerinde daha önce yapılan cerrahi prosedürlerin, özellikle cerrahi izlerin karın ön duvarına yapışık olduğu veya insizyonel fıtıklardan şüphelenildiği durumlarda, ameliyat öncesi planlama üzerinde etkileri vardır bu nedenle böyle bir durumda lütfen bizlere bilgi veriniz.
3. Önerilen tedavi alanlarında önceki liposuction belgelenmelidir ve fibröz bölgelerde yağ emülsifiye etmek için spesifik ultrasonik problemler gerektirebilir.
4. High Definiton Vaser Liposuction ve Karın germe operasyonlarını engelleyebilecek kardiyak ve pulmoner durumlar, tıbbi öyküde ve sistemlerin gözden geçirilmesinde tanımlanmalıdır. Bunlar arasında aritmiler, kalp yetmezliği, pulmoner ödem ve kronik obstrüktif akciğer hastalığı bulunur. Bu durumda lütfen bize bildiriniz.
5. Hipertansiyon, diyabet ve tiroid fonksiyon bozukluğu dahil olmak üzere sistemik veya endokrin bozukluk öyküsü, cerrahi öncesi uygun araştırma ve kontrol gerektirir. Böyle bir tanı ve tedaviniz var ise lütfen bize bildirin.
6. Kişisel veya ailevi tromboz, emboli veya koagülopati öykünüz var ise lütfen bizlerle paylaşın.
7. Bitkisel ve besin takviyeleri de dahil olmak üzere ilaçlarınızın tam listesini bizlerle paylaşmanız gerekiyor.
8. Karaciğerin sitokrom enzimleri tarafından metabolize edilen ilaçlar lidokain ile etkileşime girer ve tümörün lokal anestezi altında lipoplasti uygulanan hastalarda toksisite potansiyelini artırabilir. Bu gibi ilaçlar kullanıyorsanız lütfen bize bildiriniz.
9. Herhangi bir besin veya ilaca karşı alerjiniz varsa bize bildirin.
10. Sizden istenilen tahlilleri ameliyatta 7 gün kala mutlaka bizlere iletmiş olun.

AMELİYATTAN ÖNCEKİ GÜN VE AMELİYAT GÜNÜ

1. İntravenöz sedasyon veya genel anestezi alınacaksa, ameliyattan en az 6 saat önce yiyecek ve içecek alımını tamamen bırakmalısınız. Operasyondan önceki akşam Dr. Mete AKSU sizi arayacak, ne kadar süre aç kalmanız gerektiğini ve ne zaman hastanede olmanız gerektiğini söyleyecek. Aklınıza takılan bütün soruları sorabilirsiniz.
2. Özellikle her iki elin işaret parmağında oje, protez tırnak, kalıcı oje vb. bulunmamalıdır. Operasyon süresi boyunca oksijen değerinizi ölçebilmek için parmağınıza cihaz takılacaktır. Bu cihaz oje, protez tırnak olan parmakta yanlış sonuçlar göstermektedir. bu yüzden KESİNLİKLE operasyon öncesi tırnağınızda oje, protez tırnak, takma tırnak, kalıcı oje olmamasına dikkat ediniz. Anestezi doktoru, cihazda doğru değeri göremezse operasyonunuzu iptal edebilir.
3. Mücevherleri ve değerli eşyaları evde bırakın. PERUK, SAÇ TOKASI TAKMAYIN. Üzerinizde metal, altın, gümüş, küpe, kolye, piercing, yüzük, bileklik vb. hiçbir şey bulundurmayın.
4. Lütfen sadece antibakteriyel sabun kullanarak duş alın. Karın- uyluk operasyonu olan erkekler operasyon bölgesini makine ile tıraş etmeyi tercih edebilir; karın- uyluk operasyonu olan kadınlar ve erkekler genital bölgelerini tıraş etmeyi tercih edebilirler.(Ameliyat sonrası hijyen açısından sizler için daha iyi olacaktır)
5. Makyaj, parfüm, yüz veya vücut nemlendiricileri kullanmaktan kaçının.
6. Ameliyat günü RAHAT, KOYU, PAMUKLU GİYSİLER GİYİN; (Kadın hastalarımızın bir adet bol, pamuklu ve yüksek bel iç çamaşırı almalarını rica ediyoruz) önü tamamen düğmeli gömlek gibi rahat giyilip çıkartılabilecek cepli ve yarım kollu giysiler tercih edin. Kolunuzdan damaryolu açılacağı için dar kıyafetler tercih etmeyin. Başınızın üzerine geçmesi gereken, dar hiçbir şeyi giymeyin. Yarım kollu, cepli, önü açılabilen kıyafetler veya geniş, cepli pijama takımı tercih edebilirsiniz. Maksimum ameliyat sonrası konfor için bağciksız ayakkabılar ve terlikler önerilir. Ameliyat sonrasında bir miktar sıvı sızıntısı olabileceğinden yedek çamaşır almanızı öneririz.
7. Ameliyata geliş ve dönüş için bir sürücü veya yakınınızın sizinle birlikte olması gerekmektedir . Sizi tek başınıza taksiye bindiremeyiz. Eve dönüş yolculuğunda konforunuz için arabaya bir yastık, battaniye ve koltuklarınız için koruyucu örtü koyabilirsiniz.
8. Ameliyat süreleri sadece tahmindir. Söylenen süreden daha uzun sürebilir.

AMELİYAT SONRASI

1. **ARABA KULLANMAK:** Bir aile üyesinin veya arkadaşınızın sizi ameliyat sonrasında eve götürmesi gerekir (ilk 24-48 saat boyunca orada kalıp size yardımcı olmaları en iyisidir). Reçeteli ağrı kesici ilaç olan APRANAX PLUS veya GERALGİNE – K kullanıyorsanız lütfen araç kullanmayınız.
2. **KORSE KULLANIMI:** Korse, cildinizin yeni vücut konturuna uyum sağlamasına yardımcı olurken ödem olmasını engellemesi primer görevidir. Size banyo yapmanız için tavsiye edilen gün geldiğinde, yıkanmak için günde bir kez korse çıkarabilir. Size tavsiye edeceğimiz şekilde önerdiğimiz yağlar ile masaj yapıp sonrasında korsenizi giyinebilirsiniz. korse kullanım süresi yaklaşık olarak 25 gündür. Operasyon sonrası sizlere yedek korse verilecektir, dönüşümlü olarak kullanabilirsiniz.
3. **BANYO VEYA DUŞ:** İlk kontrole geldiğinizde sizi duş için hazırlayacağız. İlk korsenizi çıkardığınızda baş dönmesi, bulantı hissi olabilir. Refakatçiniz olmadan duşa girmeyiniz. Duş sonrasında ve terlediğinizde bantları HER ZAMAN kuru tutmanız gerekir. En az bir ay boyunca (insizyon bölgeleri iyileşene kadar) sıcak havuzlardan ve jakuzilerden kaçınınız.
4. **TEDAVİ ALANLARI:** Lütfen pansumanlarınızı mümkün olduğunca **temiz ve kuru** tutun, enfeksiyonu önlemeye yardımcı olmak için ıslaksa her gün kurutun. Kesi bölgelerine Dr. Mete Aksu söylemeden ısı veya buz uygulamayınız. İşlem alanları uyuşuk olacağı için yanıklara sebep olabilir ve bunu hissetmeyebilirsiniz.. İşleminiz sırasında enjekte edilen sıvılar nedeniyle insizyon bölgelerinden gelen anesteziik solüsyonun emilmesini beklemelisiniz. Kesi bölgesinden ve liposuction deliklerinden açık pembe renkli sızıntılar olabilir. Sıvı kırmızı görünse de, çoğunlukla anesteziik çözelti ve tuzlu su ve sadece %1 kandandan oluşur. Bantlarınızı MUTLAKA her ıslanmada kurutun.
5. **AMELİYAT BÖLGESİNDE AŞIRI AĞRI VEYA KANAMA GÖRÜYORSANIZ TEDAVİ ALANLARINDA AŞIRI ŞİŞLİK VEYA YAYILMIŞ KIZARIKLİK VEYA SICAKLIK ARTMASI DURUMUNDA LÜTFEN HEMEN BİZİ ARAYINIZ!**
6. Kaşıntı, çekme, sıkışma, sertlik, gerginlik ve/veya uyuşma hisleri normaldir. Hepsi 24 saat ila 1 hafta içinde azalmalıdır, ancak bazen aylarca sürebilir. Bu iyileşme sürecinin bir parçasıdır ve sabırlı olmalısınız.
7. **DRENLER:** Liposuction alanlarından gelen sıvının drenajını kolaylaştırmak için drenler öne ve/veya arkaya yerleştirilmiş olabilir. Drenleriniz hastanede taburcu olmadan önce çekilecektir. Operasyondan sonra ne kadar çok yürürseniz drenleriniz o kadar hızlı dolacak ve sonrasında daha az ödemli ve rahat geçireceksiniz.
8. **MASAJ:** Operasyondan sonra hastanede bol bol yürüyüş yapıp elinizle vücudunuza gösterilen şekilde masaj yapmanızı öneririz.

9. Mekanik vakum etkisi ile ritmik dermal bir masaj ve lenf drenajı etkisi sağlayan; venüs legacy , ameliyatın 4. haftasından itibaren tercih edebileceğiniz, iyileşme sürecini hızlandıracak harika bir uygulamadır. Venüz legacy uygulaması, ameliyat ücretine dahil olmayıp, ekstra olarak ücretlendirilmektedir. Bu özel ve nazik masaj, teknikte özel olarak eğitilmiş uygulayıcılar tarafından yapılmalıdır. Bu, iyileşmeyi hızlandırmaya, sertliği azaltmaya, morarma ve şişmeyi iyileştirmeye ve sonuçları iyileştirmeye yardımcı olacaktır.
10. ÖDEM SERUMLARI: İlk kontrolden sonra ödeminizi azaltmak ve iyileşme sürecini hızlandırmak için bir takım ödem serumları önereceğiz.
11. HARİCİ ULTRASON/RADYOFREKANS TEDAVİSİ: Masaja ek olarak , iyileşmeyi ve dokuları yumuşatmak için size ameliyat sonrası bir tedavi rejimi verilecektir.
12. AKTİVİTE: Korsesinizi ve giysilerini çıkarırken hafif baş dönmesi yaşamak normaldir.Lütfen ameliyattan sonraki ilk birkaç gün boyunca birisinin size bu konuda yardımcı olmasını sağlayın. İlk hafta için sakın olun, tolere edilen normal aktivitelerinize ve günlük yaşantınıza devam edin. Hafif şişlik ve rahatsızlıktan daha fazlasını yaşadığınızda belirtin. 2-3 hafta boyunca yorucu aktivitelerden, ağır şeyler kaldırmaktan veya aerobik egzersizden kaçının. Kesi izlerinizi ve morarmış bölgeleri tamamen iyileşene kadar güneşten koruyun; 6 ay boyunca SPF30 veya daha fazlasını kullanın, Normalde 10-14 gün süren morarma kaybolana kadar bronzlaşmaktan kaçının.
13. DİYET: Ameliyat sonrası herhangi bir mide bulantısı yaşarsanız, midenizi yatıştırmak için gazsız içecekler ve kuru krakerler deneyin. Tahrişi en aza indirmek için ameliyat sonrası ilaçlarınızı yiyeceklerle birlikte alın. Mideniz normal hissediyorsa, sıvılar ve yumuşak yiyeceklerle yavaşça başlayın, çorbalara ilerleyin ve son olarak tolere edildiği gibi normal bir diyetle geçin. Bol miktarda sıvı tüketin. Probiyotik kullanmaya devam edin.
14. ALKOL: Ameliyattan en az 5 gün önce alkol almaktan kaçınmanın yanı sıra ameliyattan sonra reçetesiz veya reçeteli ağrı kesici ilaçlar aldığınız sürece alkol tüketmemeniz özellikle önemlidir.
15. SİGARA İÇMEK: Sigara içmemenin önemini vurgulamaya devam ediyoruz. Sigara cilde ve dokulara giden kan dolaşımını azaltır ve iyileşmeyi geciktirir. Operasyondan en az 1 ay önce sigarayı azaltmış ya da bırakmış olmanız gerekir.
16. BEKLENTİLER: Unutmayın, tedavinizin amacı kilo vermek değil, daha iyi kontur ve belirginliktir. Alt karın hastaları kasık ve genital bölgesinde belirgin şişlik yaşayabilir. Ameliyat sonrası rahatsızlık genellikle derin kas ağrısı şeklini alır ve normalde takip eden 10 gün içinde düzelir.
17. Yüzün, boynun ve üst göğsün hafif ısı yükselmesi ve kızarması 48 saat sürebilir. Başlangıçta hafif bir depresyon yaşayabilirsiniz ve morarma ve şişliğin azaldığını gördüğünüzde, ilk haftadan sonra düzelmeye başlayacaksınız. Adet düzensizlikleri (erken veya gecikmiş aylık başlangıç) ameliyatın yaygın bir yan etkisidir. Eğer uyluk bölgesindeki bölgeler tedavi edildiyse, baldır ve ayak bileklerinde 3 haftaya kadar şişlik olabilir.

18. AMELİYAT SONRASI İLAÇLAR. Lütfen antibiyotik ve ağrı kesici ilaçlarınızı doktorunuzun tavsiye ettiği veya reçete ettiği şekilde alın. Aspirin, Brufen veya Nurofen almayın. Antibiyotik reçete edilirse, kürün tamamını kullanmanız çok önemlidir.
19. AMELİYAT SONRASI KONTROLLER Maksimum iyileşme ve en iyi uzun vadeli sonuçlar için ameliyatın ardından verilen kontrol randevu programına uymanız gerekir.
20. Spora başlamadan önce MUTLAKA Dr. Mete Aksu'dan onay alın.
21. Reçete edilen ilaçlarınızı bizlere danışmadan kesmeyiniz. Her kontrole geldiğinizde bizlere ilaçların devamı için danışmayı unutmayınız.

KANAMAYI ARTIRACAK TAKVİYE VE YİYECEKLER

karanfil	e vitamini	sarımsak	aspen	hodan tohumu yağı	patlıcan
tatlı yonca	balık yağları	anason	ginseng	meyan	kereviz
zerdeçal	yabani marul	zencefil	at kestanesi	bromelain	aspir
çemen	yonca	arnika	kara yılan otu	soğan	

PIHTILAŞMA VE EMBOLİ RİSKİNİ ARTTIRANLAR

Östrojen
Doğum kontrol ilaçları
Hareketsizlik
Genetik trombofili durumları
Sigara ve alkol kullanımı