

FAQ – Frågor och svar om hur det mesta fungerar hos oss på Esteworld.

Innehållsförteckning

1. **Resor och boende**
2. **Kommunikation och service**
3. **Betalning och ekonomi**
4. **Näsplastik**
5. **Tandestetik**
6. **Hårtransplantation**
7. **Plastikkirurgi: Esteworlds behandlingar/operationer**
8. **Allmän eftervård**
9. **Operatordetaljer och kombinationer**
10. **Komplikationer och säkerhet**
11. **Medicinering och förebyggande åtgärder**
12. **Sightseeing – restauranger, gallerior tips i Istanbul**

1. Resor och boende

Fråga: Ingår boende och flygbiljetter i priset för operationen?

Svar: Boendet ingår i priset för operationen för två personer, men flygbiljetter ingår inte.

Fråga: Vart kan jag hitta billiga flygbiljetter?

Svar: Vi rekommenderar att boka med Pegasus som flyger till Sabiha Gökçen, som ligger närmare kliniken. Du kan jämföra biljetter på Flygresor.se, Momondo.se, Skyscanner.se eller Pegasus egna hemsida, flypgs.com.

Fråga: Kan jag resa själv?

Svar: Ja, cirka 50 % av våra patienter reser själva, och vi erbjuder full support för att göra din resa smidig.

Fråga: Behöver man visum för att resa till Turkiet?

Svar: Nej, om du har ett svenskt pass behövs inget visum för Turkiet. Dubbelkolla dock eventuella resebestämmelser innan resan.

Fråga: Till vem ska jag skicka min reseplan och hur ordnas transfer?

Svar: Skicka din reseplan till vår koordinator Yunuz på telefonnummer +90 (546) 577 79. Transfer ordnas enligt dina flygtider.

Fråga: Vad händer om flyget är försenat? Missar vi vår transfer?

Svar: Nej, transfern väntar på er oavsett, men ni behöver uppdatera transfern och koordinatorn via WhatsApp om förseningar.

Fråga: Hur vet jag vart transfern befinner sig?

Svar: Transfern hör av sig dagen innan avgång på WhatsApp och skickar en bild på sig själv samt beskriver exakt var ni ska mötas.

Fråga: Pratar koordinatorn endast engelska?

Svar: Nej, koordinatorn pratar både engelska och turkiska.

Fråga: Hur länge behöver jag stanna på kliniken efter operationen?

Svar: Du är inlagd på kliniken i upp till 2 dagar beroende på typen av operation.

Fråga: Ingår hotellet alla nätter vi är där?

Svar: Ja, alla nätter ingår. Se specifik operation för detaljer om antal nätter.

Fråga: Ingår måltider i priset?

Svar: Måltider ingår under operationsdagen på kliniken, samt frukost på hotellet. Övriga måltider tillkommer som extra kostnad.

Fråga: Vilket hotell samarbetar ni med?

Svar: Vi samarbetar med flera hotell, för våra plastikkirurgiska operationer och hårtransplantations behandlingar gäller Crowne Plaza Istanbul Oryapark och Mercure Istanbul Altunizade.

Vid tandestetiska vård behandlingar så gäller Radisson Blu Hotel Istanbul Asia.

Du kommer att placeras på ett av dessa beroende på bokningsstatus. (vår koordinator är hotell ansvarig)

Fråga: Hur lång tid tar det från hotellet till kliniken?

Svar: Resan tar cirka 15–20 minuter beroende på trafiken och hotellet ni får.

Fråga: Ligger sjukhuset på Asiens eller Europas sida?
Svar: Sjukhuset ligger på den asiatiska sidan av Istanbul.

Fråga: Var ligger klinikerna?
Svar:

- **Esteworld - Plastikkirurgi och hårtransplantation:** Altunizade, Kısıklı Cd. No:7, 34662 Üsküdar/Istanbul, Turkiet
- **Esteworld – Tandklinik:** Atatürk Mahallesi, Ertuğrul Gazi Sk. Metropol İstanbul AVM No:2 HA B Blok, 34758 Ataşehir/Istanbul, Turkiet

2. Kommunikation och service

Fråga: Pratar kirurgerna svenska?
Svar: Nej, kirurgerna talar engelska och turkiska, men vi har svensk tolk på plats.

Fråga: Finns det svensk tolk på plats?
Svar: Ja, vi har en svensk tolk tillgänglig på plats.

Fråga: Vad händer om jag inte blir nöjd med operationen?
Svar: Vi erbjuder en nöjdhetsgaranti, och om en ytterligare operation krävs efter 6 månader, täcker vi operationskostnaden. Du ansvarar för kostnader för hotell och blodtester (cirka 1000 euro).

Fråga: Varför kan jag inte lämna kliniken direkt?
Svar: Vid större operationer behöver patienter stanna minst en natt för säkerhet och övervakning.

Fråga: Opererar ni i Sverige?
Svar: Alla våra operationer utförs i Turkiet på Esteworld-kliniken.

Fråga: Hur funkar det med sjukintyg?
Svar: När du genomgår en medicinsk behandling hos Esteworld i Turkiet kan du få ett sjukintyg som bekräftar din frånvaro för återhämtning. Detta intyg kan lämnas till din arbetsgivare i Sverige. Det kan också vara bra att kontakta vårdcentralen för att få ett intyg på svenska när du lämnar in sjukintyget.

Observera att Försäkringskassan kan kräva ytterligare information för att godkänna sjukpenning vid utlandsvistelse. Kontakta Försäkringskassan i förväg för att säkerställa att du har rätt dokument och intyg. För att få ett korrekt sjukintyg från Esteworld, kontakta vår koordinator Yunuz.

Fråga: Hur funkar det med garanti?
Svar: Esteworld erbjuder en nöjdkundsgaranti. Om komplikationer skulle uppstå efter operationen kan du få möjlighet till en ny operation inom ett år.

Observera att kostnader för hotell, blodtester och andra externa utgifter inte täcks av garantin. Vårt revisionsteam arbetar nära läkarna för att bedöma om en ny operation behövs och säkerställer en professionell uppföljning.

3. Betalning och ekonomi

Fråga: Hur betalar jag för plastikoperationen/behandlingen?
Svar: Du betalar 15 % av operationspriset i förskott som handpenning. Resterande belopp betalas på kliniken med kort eller kontanter (euro eller turkiska lira).

Fråga: Tillkommer det några ytterligare avgifter vid kortbetalning?
Svar: Extra avgifter kan tillkomma beroende på din bank, det brukar ligga på 1-1,5 %
Kontakta din bank för detaljer, men de flesta patienter betalar med kort. Esteworld tar inga extra avgifter.

Fråga: Kan man betala med Apple Pay?
Svar: Nej, vi accepterar endast betalning med fysiskt bankkort.

4. Näsplastik

Vilka operationer kan man kombinera samtidigt?

Du kan kombinera följande operationer samtidigt:

- Näsplastik och ögonlocksplastik
- Näsplastik och bröstförstoring
- Näsplastik och liplift
- Näsplastik och ögonbrynslyft

Generella frågor om lösnaglar

Svar: Inför en näsplastik rekommenderas det starkt att ta bort gelénaglar eller akrylnaglar. Detta beror på att under operationen används pulsoximeter, en apparat som mäter syremättnad i blodet. Den placeras på en fingertopp och fungerar bäst utan hinder som gelénaglar. Det är alltså av säkerhetsskäl och för att säkerställa att all övervakning under operationen fungerar optimalt.

Frågor om Frans förlängning

Svar: Det rekommenderas vanligtvis att ta bort fransförlängningar inför en näsoperation. Anledningen är att under operationen kan fransförlängningarpåverka sterila förhållanden och öka risken för infektion. Dessutom används tejp och ibland ögonskydd under operationen, vilket kan skada fransförlängningarna eller göra dem besvärliga att hantera.

Vad gör jag om jag ser tecken på komplikationer efter att ha kommit hem?

Vid eventuella komplikationer eller tecken på problem är det bäst att kontakta klinikens kundtjänst omedelbart. De kan ge dig råd och instruktioner om hur du ska hantera situationen. I akuta fall ska du alltid kontakta den närmaste vårdcentralen eller sjukhuset för att få snabb och lämplig vård.

Hur är det med ärrbildning efter en plastikkirurgi?

Ärr uppstår naturligt efter operation, men inom plastikkirurgi görs snitten vanligtvis längs naturliga hudveck eller vid hårfästet för att minimera synliga ärr.

Fråga: Gör ni 3D-bilder inför en näsplastikoperation?

Svar: Vi förstår att det kan vara svårt att föreställa sig slutresultatet innan operationen. Dock erbjuder vi inte 3D-bilder eller simulerade resultat, eftersom dessa ofta kan ge missvisande förväntningar.

Istället fokuserar vi på en noggrann konsultation med kirurgen, där dina önskemål diskuteras och realistiska förväntningar sätts utifrån din ansiktsanatomi och kirurgens expertis. För att få en bättre uppfattning om möjliga resultat kan du titta på våra före- och efterbilder på vår Instagram: [Esteworld Sverige Instagram](#).

Kan jag opereras även om jag har mens?

Ja, mens påverkar inte operationen i de flesta fall. För vissa operationer, särskilt i områden kring bäckenet, kan särskilda hänsyn behöva tas. Du kan behöva använda tampong eller menstruationskopp för att säkerställa hygien.

Om du tar blodförtunnande mediciner bör du informera vår koordinator eftersom detta kan påverka blödningsrisken.

Vad gäller om jag har fillers i näsan?

Om du har fillers i näsan bör dessa tömmas minst fyra veckor innan operationen. Fillers kan påverka kirurgen genom att försvåra bedömningen av näsans naturliga struktur och form. Kontakta din fillersbehandlare för att lösa upp hyaluronsyrefillers med hjälp av hyaluronidas.

Hur länge brukar man ha blåmärken efter en näsoperation?

Blåmärken brukar försvinna efter cirka en vecka.

Finns det något som kan dämpa svullnaden efter näsplastik?

Ja, att äta ananas kan hjälpa till att dämpa svullnaden. Ananas innehåller ett enzym som kallas bromelain, vilket har antiinflammatoriska egenskaper.

När ser man slutresultatet på en näsoperation?

Du ser slutresultatet efter cirka ett år.

Får man göra botox i ansiktet inför en näsoperation?

Ja, du får göra botox och fillers en månad innan operationen.

När får man göra botox och fillers efter en näsoperation?

Du behöver vänta en månad efter din operation innan du kan göra botox eller fillers.

Får man ha piercing i näsan?

Piercingen måste tas av inför en näsoperation.

När får man lägga tillbaka sin piercing i näsan?

Du bör vänta minst 4-6 veckor innan du sätter tillbaka din piercing, eller upp till 8-12 veckor beroende på läkningsprocessen.

Kan man visa inspirationsbilder på plats?

Ja, det går bra att visa inspirationsbilder, men kom ihåg att alla ansikten har olika utgångslägen och det är omöjligt att få ett exakt resultat som någon annans.

Kan man få en onlinekonsultation med kirurgen innan operationen?

Nej, konsultationen sker via bilder som du skickar till oss, och sedan träffar du kirurgen samma dag som operationen.

Behöver man duscha samma dag eller dagen innan man opereras?

Man kan duscha innan, men på kliniken kommer du att tvättas av inför operationen.

Hur hanterar man svullnad efter en näsoperation?

Svullnad är vanligt och minskar oftast efter fyra dagar. Använd kylpåsar och ät ananas för att lindra svullnaden.

Finns det något som kan dämpa svullnaden efter näsplastik?

Att äta mycket ananas kan hjälpa till att dämpa svullnaden. Ananas innehåller ett enzym som kallas bromelain, vilket har antiinflammatoriska egenskaper och kan bidra till att minska svullnaden efter operationen.

Vilka komplikationer kan uppstå efter en näsplastikoperation?

Komplikationer är sällsynta men kan inkludera infektion, blödning, andningsproblem eller ojämnheter.

Kan man bada i pool eller basäng efter en näsoperation?

Nej, det rekommenderas att vänta minst 4-6 veckor innan du badar i en pool eller basäng för att minska risken för infektioner.

När får man veta tiderna inför operationen?

Du får veta tiden dagen innan din operation.

Behöver man gå på efterkontroll även i Sverige?

Nej, alla efterkontroller sker på plats i Turkiet.

Hur länge har man plåster efter en näsoperation?

Vanligtvis har man plåster i cirka 10 dagar efter att man har kommit hem till Sverige.

Får man basta efter en näsoperation?

Du får basta en månad efter operationen.

Kan jag kombinera två operationer samtidigt?

Ja, många patienter kombinerar operationer som Mommy Makeover eller näsplastik med andra ingrepp. Du får även 15 % rabatt vid kombinerade operationer.

5. Tandestetik

Fråga: Vilka tandestetiska behandlingar erbjuder ni?

Svar: Vi erbjuder behandlingar som Hollywood Smile (fasader/kronor), tandimplantat, tandblekning, tandreglering (osynliga skenor), rotfyllningar, tandbroar och proteser, samt skalfasader.

Fråga: Hur lång tid tar en Hollywood Smile-behandling?

Svar: Behandlingen tar vanligtvis 5-7 dagar, beroende på antalet tänder som behandlas.

Fråga: Hur lång tid tar det att sätta in tandimplantat?

Svar: Tandimplantat kräver två steg: först sätts implantaten in, vilket tar 1-2 timmar, och sedan behövs en läkningstid på 3-6 månader innan kronorna fästs.

Fråga: Vad är skillnaden mellan skalfasader och kronor?

Svar: Skalfasader är tunna skal som fästs på framsidan av tänderna, medan kronor omsluter hela tanden och används när tanden är skadad.

Fråga: Vilken teknologi använder ni vid tandestetiska behandlingar?

Svar: Vi använder 3D-skannrar, digitala röntgenapparater och CAD/CAM-teknik.

Fråga: Vilka material använder ni för fasader och kronor?

Svar: Vi använder zirkonium och porslin för sina hållbarhet och estetiska kvalitet.

Fråga: Finns det garantier för tandbehandlingarna?

Svar: Ja, vi erbjuder garantier på alla våra behandlingar. Tandimplantat har en livstidsgaranti på implantaten.

Fråga: Hur tar jag hand om mina skalfasader och kronor efter behandlingen?

Svar: Borsta och använd tandtråd som vanligt. Undvik hårda föremål som kan skada dem.

Fråga: Hur lång tid håller skalfasader och kronor?

Svar: Zirkonium- och porslinskronor kan hålla i 15 år eller längre med rätt skötsel.

6. Hårtransplantation

Fråga: Vad är skillnaden mellan FUE och DHI Hårtransplantation?

Svar: FUE innebär att hårsäckar extraheras enskilt och placeras i små öppningar i mottagarområdet. DHI använder en Choi Implanter Pen för att extrahera och transplantera hårsäckarna direkt, vilket ger mer precision och naturliga resultat.

Fråga: Hur går konsultationen till inför en hårtransplantation?

Svar: Kirurgen undersöker donatorområdet och mottagarområdet för att bedöma hur många grafts som behövs och hur hårfästet ska designas. Detta sker vanligtvis via bilder som skickas online.

Fråga: Kan jag göra en online-konsultation?

Svar: Ja, vi erbjuder online-konsultationer där du skickar bilder på ditt hår. Kirurgen bedömer din lämplighet baserat på bilderna och ger dig en personlig plan.

Fråga: Behöver jag raka mitt hår innan hårtransplantationen?

Svar: Vid en DHI-hårtransplantation behöver endast donatorområdet rakas, mottagarområdet behöver inte rakas.

Fråga: När kan jag börja tvätta håret efter en hårtransplantation?

Svar: På din slutkontroll andra/tredje dagen tas bandaget bort och håret tvättas. Därefter ska du tvätta håret igen på den tionde dagen enligt instruktioner från Esteworlds uppföljningsteam.

Fråga: När kan jag återgå till träning efter en hårtransplantation?

Svar: Det rekommenderas att du väntar minst 2-3 veckor innan lätt träning. Undvik ansträngande aktiviteter och tung träning i cirka en månad.

Fråga: Kan jag använda en hatt efter hårtransplantationen?

Svar: Ja, men vänta 10 dagar innan du använder en lös hatt för att undvika tryck på det transplanterade området.

Fråga: Hur länge är jag svullen efter en hårtransplantation?

Svar: Svullnaden avtar vanligtvis inom 1-2 veckor. Följ noggrant eftervårdsinstruktionerna för att minska svullnad.

Fråga: Vad ska jag undvika efter hårtransplantationen?

Svar: Undvik att klia eller gnugga det transplanterade området, undvik exponering för direkt solljus och användning av hårprodukter under de första veckorna.

Fråga: När kan jag raka mitt hår efter en hårtransplantation?

Svar: Du kan raka donatorområdet med en trimmer efter 4 veckor. Vänta dock minst sex månader innan du rakar det transplanterade området.

Fråga: När börjar håret växa ut efter en DHI-hårtransplantation?

Svar: Det transplanterade håret börjar vanligtvis växa ut efter 3-4 månader. Under de första månaderna kan du uppleva tillfälligt hårfall.

Fråga: Är DHI bättre än FUE?

Svar: Både DHI och FUE har sina fördelar. DHI erbjuder mer precision, naturliga resultat och är mindre skadligt för huden.

Fråga: Vad kostar en FUE-hårtransplantation?

Svar: Priset för en FUE-hårtransplantation är 2000 euro, inklusive 3 dagars hotell, transfer, medicin och schampo.

Fråga: Vad kostar DHI-metoden?

Svar: Priset för en DHI-hårtransplantation är 2500 euro, inklusive 3 dagars hotell och transfer.

Fråga: Hur lång tid behöver jag stanna i Turkiet för en hårtransplantation?

svar: Vistelsen varar i 3 dagar.

7. Plastikkirurgi: Esteworlds behandlingar/operationer

Bröstförstoring

Operationen innebär att bröstimplantat eller kroppens eget fett används för att öka storleken och förbättra formen på bröstet.

Bröstlyft (Mastopexi)

Denna operation lyfter och stramar åt bröstet för att ge dem en mer ungdomlig och fast profil.

Bröstförminskning

Bröstens storlek reduceras genom att avlägsna överflödigt hud och vävnad. Detta kan lindra fysiskt obehag som ryggsmärtor.

Bukplastik (Abdominoplastik)

Bukplastik tar bort överflödigt hud och fett från magen och stramar åt musklerna för att ge en plattare profil.

Fettsugning (Liposuction)

Fettsugning används för att ta bort fett från specifika områden som mage, höfter och lår.

Brazilian Butt Lift (BBL)

Fett tas från andra delar av kroppen och injiceras i rumpan för att ge en fylligare och mer formad silhuett.

Ögonlocksplastik (Blefaroplastik)

Tar bort överflödigt hud och fett från ögonlocken för att ge ögonen ett piggare utseende.

Ansiktslyft (Facelift)

Stramar åt huden i ansiktet och halsen för att reducera tecken på åldrande.

Halslyft

Halslyft stramar åt huden på halsen och förbättrar konturen av käklinjen. Det är vanligt för patienter som upplever slapp hud på halsen på grund av åldrande.

Gynekomasti (Bröstförminskning för män)

Gynekomasti är en operation som minskar bröstets storlek hos män genom att avlägsna överflödigt fett- och körtelvävnad. Det utförs för att skapa en mer maskulin bröstprofil.

Armplastik (Brachioplastik)

Armplastik innebär att ta bort överskott av hud och fett från överarmarna för att ge dem en mer tonad och fast kontur. Det är vanligt efter större viktneidgång eller åldrande.

Lårplastik

Lårplastik stramar åt och tar bort överskottsvävnad från låren för att förbättra formen och konturen. Operationen är vanligt för personer som har lös hud efter viktminskning eller som en del av åldrandet.

Ögonbrynslyft

Denna operation lyfter ögonbrynen och slätar ut huden i panna och runt ögonen. Det ger ett mer ungdomligt och fräscht utseende och är särskilt effektivt för att minska rynkor och linjer i pannan.

Tinninglyft (Temporal Lift)

Tinninglyft är en typ av ansiktslyft som fokuserar på att lyfta och strama åt huden runt tinningarna och ögonen för att skapa en mer definierad och ungdomlig look.

Gynekomasti (Bröstförminskning för män)

Denna operation minskar bröststorleken hos män och skapar en mer maskulin bröstprofil.

Mommy Makeover är en kombinerad plastikkirurgisk procedur som syftar till att återställa eller förbättra en kvinnas kropp efter graviditet och förlösning. Esteworld erbjuder denna operation för kvinnor som vill återfå sin kroppsliga form och fasthet efter att ha genomgått en eller flera graviditeter. Mommy Makeover innebär vanligtvis en kombination av flera kirurgiska ingrepp, skräddarsydda efter patientens specifika behov och önskemål.

Vanliga ingrepp som ingår i en Mommy Makeover:

1. **Bröstlyft (Mastopexi)**
För att återställa bröstens fasthet och lyfta dem till sin naturliga position, särskilt efter amning och viktminskning.
2. **Bröstförstoring eller Bröstförminskning**
Om bröstet har förlorat volym kan bröstimplantat användas för att återställa en fylligare form. Om bröstet har blivit för stora och orsakar obehag, kan en bröstförminskning göras för att minska deras storlek och ge en mer proportionerlig form.
3. **Bukplastik (Abdominoplastik)**
En bukplastik tar bort överflödigt hud och fett från magen och stramar upp de underliggande musklerna som kan ha separerats under graviditeten (diastas). Detta ger en slätare och mer tonad mage.
4. **Fettsugning (Liposuction)**
Fettsugning används för att ta bort envisa fettdepåer som kan vara svåra att bli av med trots kost och motion. Det är vanligt att utföra fettugning på områden som magen, höfterna och låren för att återfå kroppens kontur.

Vem är en bra kandidat för en Mommy Makeover?

En bra kandidat är en kvinna som är i god hälsa och har avslutat sina graviditeter och amningsperioder. Kvinnan bör ha en stabil vikt och realistiska förväntningar på resultaten. Det är också viktigt att patienten har tid för återhämtning efter operationen, eftersom flera områden på kroppen kan behandlas samtidigt.

Fördelar med en Mommy Makeover:

- Ger en helhetslösning för att återställa kroppens form efter graviditet.
- Möjlighet att behandla flera problemområden vid ett och samma tillfälle.
- Kombinerade ingrepp leder till en kortare total återhämtningstid jämfört med att göra operationerna vid olika tillfällen.

Återhämtning:

Eftersom en Mommy Makeover kombinerar flera ingrepp, kan återhämtningstiden vara längre än för en enskild operation. Vanligtvis behöver patienten 2-4 veckor för att återgå till normal vardaglig aktivitet, och fullständig återhämtning kan ta flera månader beroende på omfattningen av ingreppen.

En Mommy Makeover är en effektiv lösning för kvinnor som vill känna sig som sitt bästa jag igen efter att ha fått barn. Det ger möjligheten att både återställa och förbättra kroppsformen, vilket kan öka självkänslan och självförtroendet.

8. Allmän eftervård

Fråga: Hur ska jag sköta mitt hår efter hårtransplantation?

Svar: Tvätta håret försiktigt enligt instruktionerna du får från Esteworld och undvik att gnugga eller skrapa det transplanterade området.

Fråga: Hur länge har man svullnad efter en plastikkirurgi?

Svar: Svullnad är vanligt efter operation och brukar minska efter 1-2 veckor. Det är viktigt att följa läkarens råd om hur du kan minska svullnaden.

Fråga: När kan jag återgå till mina normala aktiviteter efter en operation?

Svar: Det beror på vilken typ av operation du genomgått. För mindre ingrepp kan du återgå till lätta aktiviteter efter 1-2 veckor, medan större operationer kan kräva upp till 4-6 veckor för full återhämtning. Din kirurg kommer att ge dig en individuell återhämtningsplan.

Fråga: Hur ska jag ta hand om mina ärr efter operationen?

Svar: Håll snitten rena och torra enligt läkarens instruktioner. Använd de rekommenderade krämerna eller salvorna för att minimera ärrbildning och skydda området från solen. Din läkare kan också ge dig råd om speciella behandlingar för att förbättra ärens utseende.

Fråga: Kan jag sola efter min operation?

Svar: Det är viktigt att undvika direkt solljus på det behandlade området i minst 6 veckor efter operationen för att undvika ärrmissfärgning och försämrad läkning. Använd alltid solskyddsfaktor om du är utomhus.

Fråga: När kan jag börja använda smink eller hudvårdsprodukter efter ansiktskirurgi?

Svar: Det rekommenderas att vänta minst 2 veckor innan du börjar använda smink eller hudvårdsprodukter, särskilt på snittområden. Din kirurg kan ge dig mer specifika råd baserat på din operation.

Fråga: Hur ska jag sova efter operationen?

Svar: Efter vissa operationer, som ansiktskirurgi eller bröstkirurgi, är det rekommenderat att sova på rygg med huvudet högt för att minska svullnad och obehag. Följ alltid din kirurgs råd om bästa sovsituation för att främja läkning.

Fråga: Kan jag dricka alkohol under återhämtningen?

Svar: Du bör undvika alkohol minst 1 månad före och 1 månad efter operationen, eftersom det kan påverka läkningen och interagera med mediciner som antibiotika och smärtstillande.

Fråga: Vad gör jag om jag upplever ovanlig smärta eller obehag efter operationen?

Svar: Viss smärta är normalt efter operationen, men om smärtan är allvarlig eller inte lindras av mediciner, bör du kontakta din kirurg omedelbart för att få en bedömning och ytterligare instruktioner.

Fråga: Hur ofta behöver jag komma på uppföljningsbesök efter min operation?

Svar: Uppföljningsbesök är en viktig del av eftervården. Vanligtvis sker det första besöket inom en vecka efter operationen, och därefter kan du ha flera besök under de kommande månaderna för att övervaka läkningen. Din kirurg ger dig en specifik plan.

Fråga: När kan jag börja träna igen efter operationen?

Svar: Du bör undvika tung fysisk aktivitet i minst 4-6 veckor efter operationen, beroende på ingreppets omfattning. Lättare aktiviteter som promenader kan återupptas tidigare, men rådgör alltid med din kirurg innan du återgår till träning.

Fråga: Hur ska jag tvätta operationsområdet?

Svar: Följ de specifika tvättinstruktioner som du får från din kirurg. Vanligtvis innebär det att tvätta området försiktigt med mild tvål och vatten utan att gnugga eller irritera snittområdet.

Fråga: När kan jag börja arbeta igen efter en operation?

Svar: Återhämtningstiden varierar beroende på ingreppet. De flesta kan återgå till lätt arbete efter 1-2 veckor, men kirurgen ger specifika råd baserat på din operation.

Fråga: Hur funkar det med stygn efter bukplastik och Mommy Makeover?

Svar: Efter operationen används självupplösande stygn som inte behöver tas bort manuellt. Dessa löses upp inom cirka fyra veckor beroende på kroppens läkningsprocess. I vissa fall kan resterna av stygnen kvarstå upp till sex månader.

9. Operationsdetaljer och kombinationer

Fråga: Vilka operationer kan man kombinera samtidigt?

Svar: Du kan kombinera exempelvis näsplastik med ögonlocksplastik eller bröstförstoring. Det är bäst att diskutera detta med din kirurg.

Fråga: Hur lång tid tar en typisk operation?

Svar: Tiden varierar beroende på typen av operation. En mindre ingrepp kan ta 1-2 timmar, medan större kosmetiska operationer kan ta upp till 4-6 timmar. Din kirurg kommer att ge dig en exakt uppskattning baserad på din specifika behandling.

Fråga: Kan jag kombinera flera operationer på samma gång?

Svar: Ja, det är möjligt att kombinera flera operationer, som till exempel en bukplastik och bröstförstoring. Din kirurg kommer att utvärdera din hälsa och mål för att säkerställa att det är säkert att genomföra flera ingrepp samtidigt.

Fråga: Kommer jag att vara vaken under operationen?

Svar: De flesta operationer utförs under allmän anestesi, vilket innebär att du kommer att sova under hela ingreppet. För mindre ingrepp kan lokalbedövning användas, vilket innebär att du är vaken men inte känner smärta i det behandlade området.

Fråga: Vilka typer av snitt görs vid en operation, och kommer de att lämna ärr?

Svar: Snitten varierar beroende på typen av operation, men din kirurg kommer att göra dem så små och diskreta som möjligt. Ärrbildning är en naturlig del av läkningen, men med rätt eftervård kan ärrn minimeras och bli mindre synliga med tiden.

Fråga: Kan jag välja hur min operation ska utföras?

Svar: Du kommer att diskutera olika tekniker och metoder med din kirurg innan operationen. Baserat på dina mål och din kropps anatomi kommer kirurgen att ge dig rekommendationer för bästa resultat, men du har möjlighet att vara delaktig i beslutsprocessen.

Fråga: Hur lång tid tar det innan jag ser det fullständiga resultatet av min operation?

Svar: De flesta patienter ser ett första resultat direkt efter operationen, men det slutgiltiga resultatet kan ta flera månader att visa sig när svullnaden lagt sig och kroppen har läkt fullständigt. Din kirurg kommer att ge dig en tidsplan för din specifika operation.

Fråga: Kan jag ångra mig och avbryta operationen om jag känner mig osäker?

Svar: Det är viktigt att känna sig helt säker innan operationen. Du kan avbryta fram till operationstillfället, men vi rekommenderar att du diskuterar eventuella farhågor med din kirurg innan du fattar ett beslut.

Fråga: Hur lång är återhämtningstiden efter kombinerade operationer?

Svar: Återhämtningstiden beror på vilka operationer som utförts. Vid kombinerade ingrepp kan återhämtningen ta längre tid än vid en enskild operation. Din kirurg ger dig en skraddarsydd plan för din återhämtning och vad du kan förvänta dig.

Fråga: Vilka är riskerna med att kombinera flera operationer samtidigt?

Svar: Att kombinera flera operationer kan öka risken för komplikationer, såsom längre återhämtningstid och högre påfrestning på kroppen. Din kirurg kommer att bedöma din allmänna hälsa och diskutera riskerna för att säkerställa att det är säkert att genomföra kombinerade ingrepp.

Fråga: Behöver jag använda Descutan innan operationen, eller duschas jag på plats hos er?

Svar: Du behöver inte använda Descutan. Vi duschar och tvättar dig på plats innan operationen. Du kan ta en vanlig dusch hemma innan du kommer, men vi sköter resten på kliniken.

Fråga: Hur är det med gördel eller bh efter operationen? Är det något jag får från er eller behöver jag köpa det själv?

Svar: Efter operationen får du de nödvändiga plaggen som gördel eller bh av oss. Dessa är specialanpassade och ingår i behandlingen, så du behöver inte köpa något själv.

Fråga: Kan man köpa extra gördel eller bh på Esteworld?

Svar: Ja, det kan man, och de kostar cirka 30–40 euro.

10. Komplikationer och säkerhet

Fråga: Vad gör jag om jag ser tecken på komplikationer?

Svar: Om du upplever problem eller komplikationer bör du omedelbart kontakta Esteworld för rådgivning. I akuta fall, sök vård på närmaste sjukhus.

Fråga: Vad är vanliga tecken på komplikationer efter en hårtransplantation?

Svar: Vanliga tecken kan inkludera överdriven svullnad, infektion, ovanlig smärta, rodnad eller varbildning i det behandlade området. Om du upplever något av detta, kontakta Esteworld omedelbart.

Fråga: Hur hanterar Esteworld komplikationer efter en operation?

Svar: Esteworld har ett erfaret medicinskt team som är redo att hantera eventuella komplikationer. Om något problem uppstår efter din behandling, kommer vi att ge dig rådgivning och, om nödvändigt, ordna med eftervård eller en revision.

Fråga: Vad händer om jag får en infektion efter min operation?

Svar: Om du märker tecken på infektion, som rodnad, svullnad eller varbildning, bör du kontakta oss omedelbart för rådgivning. Vi kan föreslå antibiotika eller annan behandling beroende på svårighetsgraden.

Fråga: Finns det risker med att resa hem strax efter operationen?

Svar: Det är viktigt att följa vår rekommenderade vila och återhämtningstid innan du reser hem. Att resa för tidigt kan öka risken för komplikationer som svullnad eller infektion.

Fråga: Vad gör jag om jag får en allergisk reaktion på mediciner efter operationen?

Svar: Om du får en allergisk reaktion, såsom utslag, svullnad eller andningssvårigheter, sök omedelbart akutvård och informera Esteworld så snart som möjligt.

Fråga: Hur vet jag om mitt operationsresultat är normalt eller om det finns en komplikation?

Svar: Det är normalt att uppleva viss svullnad och obehag under de första dagarna efter en operation. Men om du märker kraftig smärta, blödning eller annat avvikande, bör du kontakta oss för en bedömning.

Fråga: Vad ska jag göra om jag känner smärta efter operationen trots att jag tagit smärtstillande?

Svar: Om smärtan inte lindras av smärtstillande medel eller om den förvärras, kontakta Esteworld omedelbart för vidare råd och eventuell medicinsk hjälp.

11. Medicinering och förebyggande åtgärder

Fråga: Vilka mediciner behöver jag ta före och efter hårtransplantation?

Undvik blodförtunnande mediciner och vitaminer som E-vitamin eller Omega-3 två veckor innan operationen. Efter hårtransplantationen får du antibiotika och smärtstillande.

Fråga: Ska jag sluta röka och dricka alkohol före min operation?

Ja, sluta röka och dricka alkohol minst en vecka före och två veckor efter operationen för att förbättra läkningen och minska risken för komplikationer.

Fråga: Vilka mediciner ska jag undvika före operationen?

Svar: Du bör undvika blodförtunnande mediciner som aspirin, ibuprofen, E-vitamin, Omega-3 och andra antiinflammatoriska läkemedel minst två veckor före operationen. Din läkare kommer att ge dig en detaljerad lista på mediciner att undvika.

Fråga: Kan jag ta mina vanliga mediciner före operationen?

Svar: Informera din kirurg om alla mediciner du tar, inklusive receptbelagda läkemedel, vitaminer och naturläkemedel. Vissa mediciner kan påverka operationen och bör pausas i samråd med din läkare.

Fråga: Ska jag sluta röka och dricka alkohol före operationen?

Svar: Ja, det rekommenderas att sluta röka och dricka alkohol minst två veckor före operationen för att förbättra läkningen och minska risken för komplikationer.

Fråga: Finns det några restriktioner för plastikkirurgi?

Svar: Vi rekommenderar inte plastikkirurgi för personer under 18 år. Det finns ingen övre åldersgräns.

Fråga: Måste det vara allmän narkos för plastikoperationer?

Svar: För de flesta plastikoperationer används allmän narkos, men lokalbedövning kan användas vid mindre ingrepp.

Fråga: Vilka mediciner får jag efter operationen?

Svar: Efter operationen kommer du vanligtvis att få antibiotika för att förebygga infektion och smärtstillande för att hantera obehag. Följ din läkares anvisningar noga när det gäller dosering och behandlingstid.

Fråga: Kan jag ta smärtstillande mediciner utan recept efter operationen?

Svar: Du bör följa de smärtstillande mediciner som din läkare skriver ut. Undvik receptfria smärtstillande medel, särskilt de som innehåller aspirin eller ibuprofen, då de kan påverka läkningen och öka risken för blödning.

Fråga: Är det viktigt att följa läkemedelsanvisningarna exakt?

Svar: Ja, det är mycket viktigt att följa din läkares anvisningar gällande medicinering för att minimera risken för komplikationer och säkerställa en snabb återhämtning.

Fråga: Kan jag använda naturläkemedel eller kosttillskott efter operationen?

Svar: Du bör undvika naturläkemedel och kosttillskott minst två veckor före och efter operationen, eftersom vissa kan påverka läkningen. Rådfråga din kirurg innan du återupptar några kosttillskott.

Fråga: När kan jag börja träna eller återuppta fysisk aktivitet efter operationen?

Svar: Det rekommenderas att undvika intensiv fysisk aktivitet i minst fyra veckor efter operationen. Du kan gradvis återuppta lättare aktiviteter efter samråd med din kirurg.

Fråga: Hur vet jag om jag har en allergisk reaktion på de mediciner som ges efter operationen?

Svar: Om du upplever utslag, svullnad, andningssvårigheter eller andra allergiska symptom, sluta omedelbart ta medicinen och kontakta din läkare eller sök akutvård.

Fråga: Kan jag äta och dricka som vanligt efter operationen?

Svar: Efter operationen bör du följa din läkares råd gällande kost. I vissa fall kan du behöva äta lättare måltider eller undvika viss mat under de första dagarna för att underlätta återhämtningen.

12. Sightseeing – restauranger, gallerior tips i Istanbul

Sevärdigheter:

Asiensidan - Kadıköy, Üsküdar. (ca 10-30 min taxiresa)

1. **Kadıköy Marknad** – Besök den livliga marknaden med färsk råvaror, lokala delikatesser och charmiga kaféer.
2. **Moda Kvarteret** – Promenera längs havet och njut av avslappnade kaféer, vintagebutiker och en fantastisk utsikt över Bosporen.
3. **Çamlıca Kullen** – Ta in en otrolig panoramavy över Istanbul från den högsta punkten på Asiensidan.
4. **Büyük Çamlıca-moskén** – Besök en av de största moskéerna i Turkiet, imponerande både på insidan och utsidan.
5. **Bagdat Caddesi (Bagdadgatan)** – En lång shoppinggata med allt från lyxbutiker till trendiga kaféer och restauranger.
6. **Mimar Sinan moskén i Üsküdar** – Ett vackert arkitektoniskt landmärke perfekt för en kulturell paus.
7. **Fenerbahçe Park** – Ett vackert parkområde längs vattnet, perfekt för en promenad eller picknick.
8. **Watergarden Istanbul** – En av de största nöjes- och shoppingkomplexen på Asiensidan, med ett imponerande ljus- och vattenfontänshow.
9. **Kuzguncuk** – En pittoresk stadsdel nära Üsküdar, känd för sina färgglada hus och små kaféer.
10. **Caddebostan Beach** – Ta en avkopplande stund vid denna strand på Asiensidan och njut av havet i staden.

Europasidan - Sultanahmet, Beyoğlu, (ca 45-60 min taxi resa)

1. **Hagia Sofia och Blå Moskén** – Två av Istanbuls mest ikoniska historiska monument som måste ses.
2. **Topkapi-palatset** – Utforska det gamla osmanska palatset och dess rika historia.
3. **Grand Bazaar och Spice Bazaar** – Perfekta platser för att handla allt från kryddor till souvenirer och få en känsla av det autentiska Istanbul.
4. **Galatatornet** – Klättra upp i det historiska tornet och njut av en fantastisk utsikt över hela Istanbul.
5. **Taksim och Istiklal-gatan** – Njut av stadens pulserande hjärta med shopping, restauranger och livlig nattliv.
6. **Dolmabahçe-palatset** – Ett magnifikt palats vid Bosporen med europeisk arkitektur och fantastisk interiör.
7. **Basilicacisternen** – Ett underjordiskt palatsliknande vattensystem från bysantinsk tid som ger en magisk upplevelse.
8. **Zorlu Center** – En lyxig galleria med exklusiva märken, restauranger och ett imponerande designat inomhusområde.
9. **Nişantaşı** – Det eleganta shoppingområdet fyllt med high-end butiker och trendiga restauranger.
10. **Emirgan Park** – En vacker park längs Bosporen, perfekt för promenader och picknick, särskilt under tulpanfestivalen.

Restauranger och Matupplevelser:

1. **Ciya Sofrası (Kadıköy)** – Upptäck traditionell anatolisk mat med spännande smaker och rätter du inte hittar överallt.
2. **Beylerbeyi Iskender (Asiensidan)** – Prova Iskender kebab, en av Turkiets mest älskade rätter, med autentiska smaker.
3. **Ulus 29 (Europasidan)** – En elegant restaurang med fantastisk utsikt över Bosporen och en meny med både turkiska och internationella rätter.
4. **Nusr-Et Steakhouse (Europasidan)** – Om du vill uppleva den virala Salt Bae-upplevelsen och äta kvalitetskött.
5. **Pandeli Restaurant (Spice Bazaar)** – En ikonisk restaurang med turkisk mat, belägen inne i den historiska Spice Bazaar.

Moderna gallerior i Istanbul, både på Asiens och Europasidan.

Allt från lyxshopping till rabatterade outlet-varor, och varje plats har sin unika stil och charm.

Asiensidan:

1. **Akasya Acıbadem**
En lyxig galleria med en blandning av internationella och turkiska märken, fina restauranger och ett stort biografkomplex. Gallerian är känd för sin eleganta design och högkvalitativa shoppingupplevelse.
2. **Emaar Square Mall**
En av de nyare och mer moderna gallerierna på Asiensidan. Här hittar du allt från lyxiga butiker till ett akvarium och ett panoramautsiktstorn med fantastisk vy över Istanbul.
3. **Palladium Mall**
En sofistikerad galleria i området Ataşehir med både internationella och lokala varumärken. Palladium har även ett bra utbud av restauranger och kaféer, samt en stor biograf.

4. **Watergarden Istanbul**

Känd för sitt imponerande fontänshow som kombinerar vatten, ljus och musik. Förutom shopping finns det många restauranger och nöjesalternativ som bowling och biografer.

5. **Optimum Outlet**

Perfekt för dem som letar efter märkesvaror till rabatterade priser. Optimum har en bra blandning av internationella och turkiska varumärken och ett isrink som en extra aktivitet.

Europasidan:

1. **Zorlu Center**

En lyxig galleria med exklusiva butiker som Louis Vuitton, Prada och Dior, tillsammans med ett brett utbud av gourmetrestauranger. Zorlu är också känt för sitt stora scenkonstcenter där internationella musikalerna och konserterna äger rum.

2. **İstinye Park**

En av de mest populära och exklusiva gallerierna på Europasidan. İstinye Park erbjuder en blandning av lyxbutiker och vanliga varumärken. Här finns också ett mysigt utomhustorg och en stor matavdelning.

3. **Kanyon**

Känd för sin unika arkitektur med ett öppet tak och böljande byggnadsform. Kanyon har ett brett utbud av lyxbutiker, biograf och moderna restauranger, vilket gör det till en idealisk plats för både shopping och nöje.

4. **City's Nişantaşı**

Belägen i ett av Istanbuls mest eleganta områden, Nişantaşı, är denna galleria känd för sina lyxiga märken och trendiga restauranger. Perfekt för dem som vill shoppa i en elegant och chic miljö.

5. **Mall of Istanbul**

En av de största gallerierna i Istanbul med ett stort utbud av butiker, nöjesområden och restauranger. Här finns även ett nöjespark med en inomhus berg-och-dalbana, vilket gör det till en familjevänlig destination.