



Prof. Dr. Ercan Çalışkan
DERMATOLOJİ UZMANI

HASTA BİLGİLENDİRME REHBERİ

Estetik ve Rejeneratif Dermatoloji *Bilgilendirme Rehberi*

Yüz ve Cilt Değerlendirmesi · Botulinum Toksin · Dolgu · Cilt Kalitesi · Rejeneratif Uygulamalar · Lazer ve
Diğer Dermatolojik Uygulamalar

Önce yüzü ve cildi değerlendirmek.
Sonra yöntemi seçmek.

ÇUKURAMBAR · ANKARA

YAKLAŞIM

Önce yüzü ve cildi değerlendirmek. *Sonra yöntemi seçmek.*

- | | | | | |
|------------------|----------------------|-------------|------------------------|---------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Doğru endikasyon | Kişiye özgü planlama | Doğal denge | Bilimsel değerlendirme | Güvenli takip |

Bu rehber; estetik ve rejeneratif dermatolojide bir yöntemin neye göre değerlendirildiğini, yöntemlerin neyi hedeflediğini ve sınırlarının neler olduğunu genel hatlarıyla anlatmak için hazırlandı. Kişisel değerlendirme, tanı veya uygulama önerisi yerine geçmez.

İÇİNDEKİLER

01	Estetik dermatolojiye bütüncül bakış	03
02	Yüz ve cilt nasıl değerlendirilir?	04
03	Hedefi doğru tanımlamak	05
04	Botulinum toksin	06
05	Dolgu uygulamaları	07
06	Cilt kalitesi	08
07	Rejeneratif dermatoloji	09
08	Lazer ve enerji bazlı uygulamalar	11
09	Leke, kızarıklık, iz ve gözenek	12
10	Kombine planlama	13
11	Uygunluk, risk ve takip	14
	Estetik ve rejeneratif dermatoloji yaklaşımım	15

ESTETİK DERMATOLOJİYE BÜTÜNCÜL BAKIŞ

Aynı estetik şikâyet, herkeste aynı işlem anlamına gelmez.



Yüzün görünümü yalnız kırışıklıklardan oluşmaz.

BİRBİRİNDEN FARKLI KATMANLAR

- 1 Cildin yapısı ve kalitesi
- 2 Mimik kaslarının hareketi
- 3 Yüzün hacim dağılımı
- 4 Konturlar
- 5 Pigment değişiklikleri
- 6 Kızarıklık ve damar görünümü

Yüzün görünümü birbirinden farklı katmanlardan oluşur.
Temsili illüstrasyon; gerçek hasta görüntüsü değildir.

Yaş, genetik özellikler, güneş maruziyeti ve kişisel farklılıklar bu katmanların her birini farklı biçimde etkileyebilir.

Bu nedenle “yorgun görünüyorum”, “yüzüm çöktü”, “cildim eskisi gibi değil” veya “çizgilerim arttı” gibi benzer şikâyetlerin altında farklı nedenler bulunabilir.

Bir kişide kas hareketleri ön plandayken diğerinde hacim kaybı, cilt kalitesindeki değişiklikler, pigment düzensizliği veya damar yapısı daha belirleyici olabilir.

Estetik dermatolojide ilk aşama bir işlem seçmek değil, **hangi değişikliğin hangi yapıdan kaynaklandığını anlamaktır.**

“ İşlemden önce
ihtiyacı doğru tanımlamak gerekir.

YÜZ VE CİLT NASIL DEĞERLENDİRİLİR?

Yüzü değerlendirirken *yalnız kırışıklığa bakılmaz.*

Kişiye özgü planlama, yüzün ve cildin farklı özelliklerinin birlikte değerlendirilmesiyle başlar.

1 Yüz hareketleri

Mimik kaslarının çalışma biçimi, yüzün dinlenme ve hareket halindeki görünümü ve çizgilerin kas hareketleriyle ilişkisi değerlendirilir.

2 Hacim ve kontur

Yüzün farklı bölgelerindeki hacim dağılımı, destek kaybı, konturlar ve genel yüz oranları incelenir.

3 Cilt kalitesi

Cildin dokusu, elastikiyeti, ince çizgiler, gözenek görünümü ve yüzey düzensizlikleri değerlendirilir.

4 Pigment ve damar yapısı

Leke, ton farklılıkları, kızarıklık veya belirgin damar görünümü varsa bunların özellikleri ayrıca ele alınır.

5 Dermatolojik durum

Aktif akne, rozasea, egzama, enfeksiyon, pigment hastalığı veya başka bir dermatolojik durum varsa estetik planlama bundan bağımsız yapılmaz.



Değerlendirme yüzün dinlenme ve hareket halini birlikte ele alır.

Temsili illüstrasyon; gerçek hasta görüntüsü değildir.

Kişinin **sağlık öyküsü, kullandığı ilaçlar, daha önce yaptırdığı işlemler ve beklentileri** de değerlendirmeye dahildir.

“Doğru plan, önce yüzün ve cildin hangi katmanında
neyin değiştiğini anlamakla başlar.”

HEDEFİ DOĞRU TANIMLAMAK

“Daha iyi görünmek istiyorum” tek başına bir tedavi hedefi değildir.

Estetik planlamada ilk sorulardan biri şudur:

Sizi rahatsız eden görünümün altında hangi değişiklik var?

01

Mimikle belirginleşen çizgiler

Kaş çatma, gülme veya kaş kaldırma gibi hareketlerle ortaya çıkan çizgiler kas aktivitesiyle ilişkili olabilir.

02

Hacim veya destek kaybı

Yüzün belirli bölgelerindeki çöküklük veya kontur değişikliği, hacim dağılımındaki değişikliklerle ilişkili olabilir.

03

Cilt kalitesindeki değişiklikler

İnce çizgiler, doku düzensizliği, elastikiyet kaybı veya mat görünümde temel sorun doğrudan hacim olmayabilir.

04

Leke ve ton farklılıkları

Her kahverengi görünüm aynı değildir. Pigment değişikliğinin tipi ve nedeni yaklaşımı değiştirir.

05

Kızarıklık ve damar görünümü

Geçici kızarma, kalıcı kızarıklık ve belirgin yüzeysel damarlar birbirinden ayrılmalıdır.

06

İz ve doku düzensizliği

Özellikle akne izlerinde izin tipi, derinliği ve cilt yapısı yöntemin belirlenmesinde önemlidir.

“ İşlem seçmeden önce neyi değiştirmek istediğimizi
doğru tanımlamak gerekir.

BOTULİNÜM TOKSİN

Botulinum toksin

neyi etkiler?

Botulinum toksin, belirli kaslara uygulandığında sinir ile kas arasındaki iletişimi geçici olarak azaltır. Böylece hedeflenen kasın hareketi azalır ve mimikle belirginleşen bazı çizgilerin görünümü hafifleyebilir.

En sık alın, kaş arası ve göz çevresindeki mimik çizgileri için değerlendirilir.

Ancak yüz kaslarının gücü, hareket biçimi ve birbirleriyle ilişkisi kişiden kişiye farklıdır. Bu nedenle **herkese aynı noktalardan, aynı şablonla uygulama yapmak doğru değildir.**



Mimikle belirginleşen alın ve kaş arası çizgileri.
Temsili illüstrasyon; gerçek hasta görüntüsü değildir.

Her kırışıklık botulinum toksinle düzelir mi?

Hayır.

Her çizgi yalnız kas hareketinden kaynaklanmaz. Dinlenme halinde belirginleşmiş çizgilerde, hacim kaybında, cilt dokusundaki değişikliklerde veya güneş hasarıyla ilişkili görünümde farklı yaklaşımlar gerekebilir.

Botulinum toksinin etkisi geçicidir. Etkinin başlama zamanı, derecesi ve devam süresi kişisel özelliklere ve uygulanan bölgeye göre değişebilir.

OLASI İSTENMEYEN ETKİLER

Uygulama sonrasında geçici kızarıklık, hassasiyet, şişlik veya morarma görülebilir. Hedeflenmeyen yakın kasların etkilenmesine bağlı geçici asimetri veya kaş ve göz kapağı pozisyonunda değişiklik gibi istenmeyen etkiler de gelişebilir.

“ Amaç yüzü hareketsiz bırakmak değil, hedeflenen kas hareketini kontrollü biçimde azaltmaktır. ”

DOLGU UYGULAMALARI

Dolgu

ne zaman değerlendirilir?



Hacim ve destek ihtiyacı bölge bölge değerlendirilir.
Temsili illüstrasyon; gerçek hasta görüntüsü değildir.

Dermal dolgular; yüzün belirli bölgelerinde hacim veya yapısal destek ihtiyacını karşılamak, bazı çöküklük ve kontur değişikliklerini düzenlemek amacıyla kullanılabilen enjeksiyon uygulamalarıdır.

Ancak dolgu uygulamasının amacı yüzün her bölgesine hacim eklemek değildir. Önce **hangi bölgede gerçekten desteğe ihtiyaç olduğu** değerlendirilir.

Planlama sırasında yüzün mevcut oranları, hacim dağılımı, cilt yapısı, daha önce yapılan uygulamalar ve kişinin beklentileri birlikte ele alınır.

Her dolgu aynı mıdır?

Hayır.

Dolgu materyallerinin yapıları, kullanım amaçları ve etki süreleri farklı olabilir. Kullanılacak materyal ve uygulama tekniği hedeflenen bölgeye ve ihtiyaca göre belirlenir.

Bazı materyaller daha çok hacim ve destek sağlarken, bazıları zaman içinde gelişen doku yanıtını da destekleyebilir.

RİSK VAR MIDIR?

Dolgu enjeksiyonlarından sonra kızarıklık, şişlik, hassasiyet ve morarma görülebilir. Daha seyrek olarak enfeksiyon, nodül, düzensizlik veya başka istenmeyen reaksiyonlar gelişebilir.

Nadir ancak ciddi komplikasyonlardan biri, dolgu materyalinin bir damarın dolaşımını engellemesidir. Bu durum doku hasarına ve çok nadir olarak görmeyi etkileyebilecek ciddi sonuçlara yol açabilir. Bu nedenle dolgu enjeksiyonu **tıbbi bilgi ve anatomik değerlendirme gerektiren** bir işlemdir.

“ Doğru dolgu planı, yüzün her bölgesini doldurmak değil; gereken bölgeyi gerektiği kadar desteklemektir.

CİLT KALİTESİ

Cilt kalitesi, yüz hacminden farklı bir konudur.



Doku, gözenek ve ton düzensizlikleri cilt kalitesinin parçasıdır.

Temsili illüstrasyon; gerçek hasta görüntüsü değildir.

Bazen kişinin temel şikâyeti yüzündeki hacim kaybı değil, **cildin kendisindeki değişikliklerdir.**

İnce çizgilerin artması, elastikiyetin azalması, doku düzensizliği veya daha mat bir görünüm cilt kalitesiyle ilişkili olabilir. Bu durumda yalnız hacim veren uygulamalara odaklanmak yeterli olmayabilir.

Cilt kalitesini değerlendirirken yaş, cilt tipi, güneş maruziyeti, mevcut dermatolojik hastalıklar ve kişinin temel ihtiyacı dikkate alınır.

Hangi yaklaşımlar değerlendirilebilir?

Kişinin ihtiyacına göre cilt yüzeyini veya daha derin katmanları hedefleyen farklı yöntemler gündeme gelebilir:

Skin booster türü mikroenjeksiyonlar

Biyostimülatif uygulamalar

Mikroiğneleme

Kimyasal peeling

Lazer

Enerji temelli sistemler

Her yöntemin **etki mekanizması, iyileşme süresi ve risk profili** aynı değildir.

“Cilt kalitesini desteklemek,
yüzü hacimlendirmekle aynı şey değildir.”

REJENERATİF DERMATOLOJİ

Rejeneratif dermatoloji neyi amaçlar?

Rejeneratif dermatoloji, cildin veya dokunun **onarım ve yeniden yapılanma yanıtını desteklemeyi amaçlayan** farklı biyolojik ve girişimsel yaklaşımları kapsar.

Bu yaklaşım yalnız dışarıdan hacim eklemeye dayanmaz. Bazı yöntemlerde kişinin kendi kanından veya dokusundan elde edilen bileşenlerden yararlanılır. Bazı yöntemlerde ise cildin kolajen ve doku yanıtını desteklemeyi amaçlayan biyostimülatif materyaller kullanılır.



Rejeneratif uygulamalar steril koşullarda hazırlanır.

PRP

Kişinin kendi kanından hazırlanan trombositin zengin plazmanın kullanıldığı otolog bir uygulamadır. Cilt kalitesinin veya doku onarım süreçlerinin desteklenmesinin hedeflendiği seçilmiş durumlarda değerlendirilebilir.

Otolog doku temelli yaklaşımlar

Kişinin kendi dokusundan elde edilen mikrogreft veya yağ dokusu temelli bazı biyolojik bileşenler, seçilmiş hastalarda rejeneratif planın bir parçası olarak değerlendirilebilir.

Biyostimülasyon

Bazı materyallerin temel amacı yalnız hacim oluşturmak değildir. Cildin kendi kolajen yanıtını zaman içinde destekleyerek doku kalitesi veya sıkılıkla ilgili hedeflere katkıda bulunmaları amaçlanabilir.

Diğer biyolojik yaklaşımlar

Eksozom gibi yeni biyolojik yaklaşımlar da bu başlık altında gündeme gelebilir. Ancak bu gruptaki yöntemlerin hazırlanma biçimleri, biyolojik kaynakları, standardizasyonları ve bilimsel kanıt düzeyleri aynı değildir.

“

Rejeneratif uygulama “daha fazla ürün uygulamak” değildir.
Amaç, doğru endikasyonda doku yanıtını desteklemektir.

REJENERATİF YÖNTEMLERDE KANIT

Her rejeneratif yöntemin bilimsel kanıtı aynı mıdır?

Hayır.

“Rejeneratif” adı altında kullanılan yöntemlerin yapısı, kullanım amacı, standardizasyonu ve klinik kanıt düzeyi birbirinden farklı olabilir.

Yeni veya popüler olması, bir yöntemin her endikasyonda yeterince kanıtlanmış olduğu anlamına gelmez.



PRP, kişinin kendi kanından hazırlanan bir uygulamadır.

Karar verirken yalnız yöntemin adı değil, şunlar birlikte değerlendirilir:

- 1 Hangi amaçla kullanıldığı
- 2 Hangi biyolojik materyalin kullanıldığı
- 3 Mevcut bilimsel kanıtın düzeyi
- 4 Güvenlik ve mevzuat koşulları

“ Rejeneratif dermatolojide yöntemin adı kadar, kanıtı ve doğru endikasyonu da önemlidir.

LAZER VE ENERJİ BAZLI UYGULAMALAR

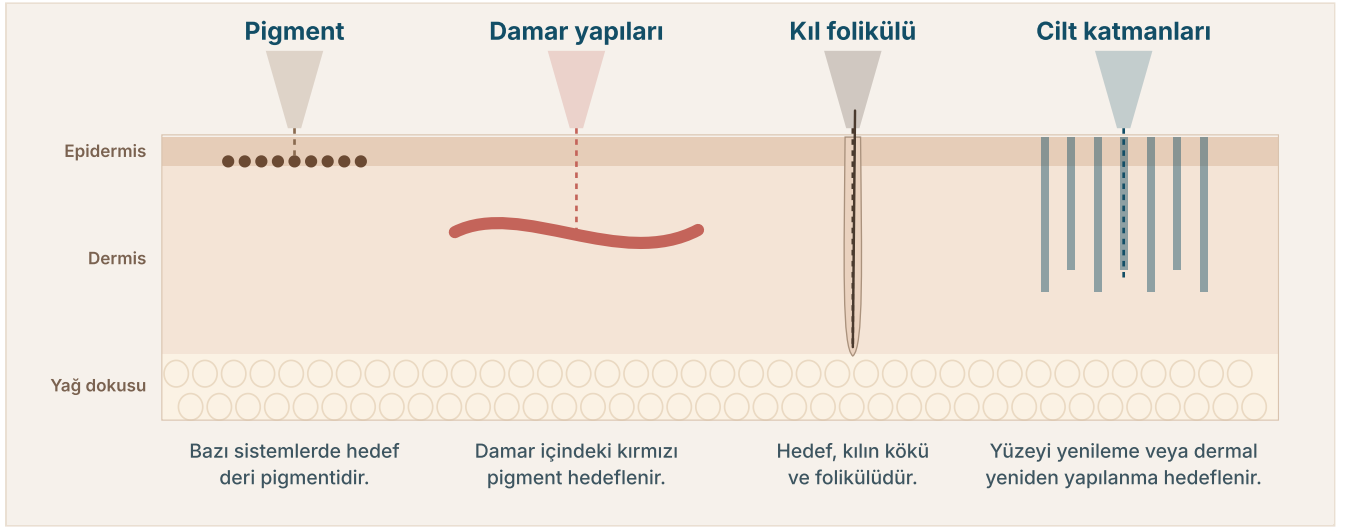
“Lazer yaptırmak istiyorum” tek başına yeterli bir tanım değildir.

“Lazer” tek bir cihazı veya tek bir tedaviyi ifade etmez.

Farklı lazer ve ışık sistemleri, farklı dalga boyları ve etki mekanizmalarıyla ciltte farklı yapıları hedefler. Bazı sistemlerde hedef **pigment**, bazılarında **damar yapıları**, bazılarında **kıl folikülü** veya cildin belirli katmanları olabilir. Cilt yüzeyini yenilemeyi veya dermal yeniden yapılanmayı hedefleyen sistemler de vardır.



Cihaz seçimi hedeflenen yapıya göre yapılır.



Farklı sistemlerin ciltte hedeflediği yapılar. Şematik çizimdir.

Bir cihazın başka bir kişide kullanılmış olması, aynı cihazın sizin cilt probleminiz için de uygun olduğu anlamına gelmez. Cilt tipi, hedeflenen problem, lezyonun özellikleri, uygulanacak bölge, güneş maruziyeti ve pigment değişikliğine yatkınlık gibi faktörler değerlendirilir.

OLASI İSTENMEYEN ETKİLER

Geçici kızarıklık ve hassasiyet görülebilir. Uygun olmayan hasta, cihaz veya parametre seçiminde yanık, pigment değişikliği ve iz gibi komplikasyonlar gelişebilir.

“Asıl soru “Hangi lazer daha iyi?” değil,
“Hangi yapıyı hedeflemek gerekiyor?” olmalıdır.

LEKE, KIZARIKLIK, İZ VE GÖZENEK

Aynı cihaz her cilt problemine uygun değildir.

Estetik dermatolojide cihaz veya yöntem seçimi, önce problemin doğru tanımlanmasına dayanır.



Leke

Yüzdeki her kahverengi alan aynı nedene bağlı değildir. Pigmentin tipi, dağılımı, derinliği ve altta yatan dermatolojik durum değerlendirilmeden yalnız görünümüne göre işlem seçmek doğru olmayabilir. Melazmada tek bir "en iyi yöntem" yaklaşımı gerçekçi değildir; pigmentin özellikleri ve eşlik eden damarsal yapı planı değiştirebilir.



Kızarıklık ve damar görünümü

Rozasea, yaygın yüz kızarıklığı ve belirgin yüzeysel damar görünümü aynı durum değildir. Rozasea'da çoğu zaman önce hastalığın kendisi ve cilt bariyeri ele alınır; damar görünümünün belirgin olduğu seçilmiş durumlarda uygun lazer veya ışık sistemleri ayrıca değerlendirilebilir.



Akne izleri

Akne izleri tek tip değildir. Dar ve derin, geniş çökük veya dalgalı izler aynı kişide bile birlikte bulunabilir. Bu nedenle tek bir uygulamanın bütün izleri aynı şekilde etkilemesi beklenmez.

Görseller temsili illüstrasyondur; gerçek hasta görüntüsü değildir.



Gözenek ve doku düzensizliği

Gözenek görünümünü cilt tipi, yağ üretimi, elastikiyet ve akne izleri gibi farklı faktörler etkileyebilir.

“ Önce problemi sınıflandırmak,
sonra yöntemi seçmek gerekir.

KOMBİNE PLANLAMA

Her zaman tek işlem yeterli midir?

*Bazen
evet.*

Bazen ise aynı kişide yüzün ve cildin farklı katmanlarını ilgilendiren birden fazla değişiklik bulunabilir.

Örneğin mimikle belirginleşen çizgiler, belirli bir bölgede hacim kaybı, cilt kalitesinde azalma ve pigment düzensizliği aynı kişide birlikte görülebilir. Bu durum bütün işlemlerin aynı anda yapılması gerektiği anlamına gelmez.

AYNI KİŞİDE BİRLİKTE GÖRÜLEBİLİR

Mimikle belirginleşen
çizgiler

Belirli bir bölgede
hacim kaybı

Cilt kalitesinde
azalma

Pigment düzensizliği



Kademeli ilerlemek

Önce temel ihtiyaç ve öncelik belirlenir. Gerekliyse farklı yöntemler **kademeli ve birbirini tamamlayacak biçimde** planlanabilir. İlk aşamaya verilen yanıt görüldükten sonra sonraki adım yeniden değerlendirilebilir.

Birlikte anılmak, birlikte gerekmemek değildir

Botulinum toksin, dolgu, lazer, cilt kalitesine yönelik veya rejeneratif yöntemlerin birlikte anılması, hepsinin aynı kişide gerekli olduğu anlamına gelmez.

“Kombine yaklaşım çok işlem yapmak değil,
doğru ihtiyaca doğru sırayla yaklaşmaktır.”

UYGUNLUK, RİSK VE TAKİP

Bir işlemin yapılabilir olması, sizin için uygun olduğu anlamına gelmez.

Botulinum toksin, dolgu, lazer, rejeneratif ve diğer estetik dermatoloji uygulamaları tıbbi değerlendirme gerektirir.

Her uygulamanın beklenen etkileri kadar sınırlılıkları ve olası riskleri de vardır. Kozmetik işlemlerin güvenli uygulanması cildin ve cilt altındaki anatomik yapıların bilinmesini gerektirir.



Sağlık öyküsü ve kullanılan ilaçlar planlamanın parçasıdır.

Değerlendirmede neler önemlidir?

Mevcut hastalıklar

Bazı sağlık durumları uygulama seçimini veya zamanlamayı etkileyebilir.

Kullanılan ilaçlar ve destek ürünleri

Reçeteli veya reçetesiz ilaçlar ile kullanılan takviyeler uygulama öncesinde bildirilmelidir.

Alerji ve reaksiyon öyküsü

Daha önce yaşanan reaksiyonlar planlamada dikkate alınır.

Önceki estetik ve rejeneratif uygulamalar

Daha önce yapılan enjeksiyon, dolgu, lazer, cerrahi veya biyolojik işlemlerin bilinmesi önemlidir.

Aktif cilt hastalığı veya enfeksiyon

Uygulama bölgesinde aktif bir sorun bulunması işlemin ertelenmesini veya planın değiştirilmesini gerektirebilir.

Beklenti

Bir işlemin sağlayabilecekleri kadar sağlayamayacaklarının da anlaşılması gerekir.

Takip

Uygulama sonrası iyileşme ve yanıt değerlendirilir. Gerektiğinde sonraki aşama yeniden planlanır.

“Güvenli estetik yaklaşım, yalnız ne yapılacağını değil,
ne zaman yapılmaması gerektiğini de bilmeyi gerektirir.”

YAKLAŞIMIM

Prof. Dr. Ercan Çalışkan

*Deri ve Zührevi Hastalıkları
(Dermatoloji) Uzmanı*



Yüzü değiştirmekten önce neyin değiştiğini; yöntemi seçmeden önce neyi desteklemek gerektiğini anlamak.

Estetik ve rejeneratif dermatolojide başlangıç noktası işlem adı değil, kişinin yüz ve cilt özellikleridir. Bu nedenle planlama tek bir çizgiye, lekeye veya bölgeye bakılarak değil; **yüz hareketleri, hacim dağılımı, cilt kalitesi, dermatolojik durum ve gerektiğinde dokunun onarım kapasitesi birlikte değerlendirilerek** yapılır.

1	Yüzü ve cildi birlikte değerlendirmek	Kas hareketlerini, hacmi, cilt dokusunu, pigment ve damar yapılarını birbirinden ayırmak.
2	Doğru endikasyonu belirlemek	Her şikâyeti aynı işlemle çözmeye çalışmamak; gerçekten gerekli olmayan uygulamalardan kaçınmak.
3	Bilimsel kanıtı değerlendirmek	Özellikle rejeneratif uygulamalarda yöntemlerin kanıt düzeyinin, standardizasyonunun ve güvenlik profilinin aynı olmadığını göz önünde bulundurmak.
4	Kişinin doğal dengesini korumak	Planlamayı standart yüz kalıpları üzerinden değil, kişinin kendi anatomisi ve özellikleri üzerinden yapmak.
5	Kademeli ve takip edilebilir ilerlemek	Gerektiğinde farklı yöntemleri doğru sırada değerlendirmek ve uygulamaya verilen yanıtı izlemek.

“Doğru soru yalnız “Hangi işlemi yaptırmalıyım?” değil,
“Neyi, neden ve hangi yöntemle değerlendirmek gerekiyor?” olmalıdır.



Prof. Dr. Ercan Çalışkan
DERMATOLOJİ UZMANI

İLETİŞİM

Prof. Dr. Ercan Çalışkan *Dermatoloji Muayenehanesi*

ADRES

Ankara Ticaret Merkezi (ATM Plaza)
B Blok, Daire 46, Kızılırmak Mahallesi, 1450. Sokak No:1
Çukurambar, Çankaya / Ankara

TELEFON

+90 538 445 91 11 · +90 540 445 91 11
+90 312 999 77 00

E-POSTA

drercancaliskan@gmail.com

WEB

drercancaliskan.com

SOSYAL MEDYA

Instagram @prof.dr.ercancaliskan · LinkedIn Prof. Dr. Ercan Çalışkan

BİLGİLENDİRME NOTU

Bu rehber genel bilgilendirme amacıyla hazırlanmıştır. Buradaki bilgiler kişisel tanı, tedavi veya estetik ve rejeneratif uygulamaya uygunluk kararı niteliğinde değildir. Uygunluk ve planlama; kişinin sağlık öyküsü, yüz ve cilt özellikleri, dermatolojik muayenesi, beklentileri ve gerekli durumlarda yapılan ek değerlendirmeler sonucunda belirlenir. Her uygulamanın olası yararları, sınırlılıkları, bilimsel kanıt düzeyi ve riskleri farklı olabilir. Rehberdeki görseller temsili illüstrasyondur.