

Meine Haartransplantation in Istanbul

Allgemein

Ich habe mich dazu entschieden, meine Haartransplantation in Istanbul durchführen zu lassen. Organisiert wurde die OP über einen Arbeitskollegen (Was sich erst im Nachhinein herausgestellt hat) aus Hannover, der Haartransplantationen seit mehreren Jahren nebenberuflich organisiert und beste Kontakte in dieser Branche hat. Er selbst hat sich ebenfalls die Haare vor ca. 3 Jahren transplantieren lassen und das Ergebnis ist super. Den Kontakt von Serkan (Name geändert) habe ich über einen Freund erhalten. Er hat sich vor ca. 1,5 Jahren ebenfalls die Haare transplantieren lassen und dies wurde ebenfalls von Serkan organisiert. Das Ergebnis ist einfach unglaublich.

Ich möchte noch erwähnen dass der Name von meinem Arbeitskollegen zum Schutz von ihm durch mich geändert wurde. Ebenso möchte ich keine Schleichwerbung machen. Sollte ernstgemeintes und ehrliches Interesse an einer Kontaktaufnahme mit ihm bestehen kann ich den Namen und Telefonnummer gerne weitergeben.

So nun zu meinen Facts:

- Transplantiert wurden insgesamt 4.400 Grafts
- OP-Termin war am **26./27.12.2016**

Kosten

Ein genaues Angebot habe ich nicht erhalten. Ich habe Serkan verschiedene Bilder von folgenden Bereichen geschickt.

Spenderbereich

Hinterkopf
Ansicht von der Seite links und rechts

Betroffener Bereich des Ausfalls

Vorderansicht
Ansicht von oben

Nachdem er die Bilder erhalten hatte, nahm er eine erste Abschätzung (Qualität des Spenderbereichs und grobe Anzahl der Grafts) vor. Er meinte bei mir wären ca. 4000 – 4500 Grafts notwendig. Letzten endlich habe ich Vor-Ort 4400 Grafts transplantiert bekommen.

Für die 4400 Grafts, Hotel und jegliche Medizinische Versorgung habe ich 2500,00 Euro gezahlt. Die Flüge habe ich selbst über Turkish Airlines gebucht. Es besteht aber auch die Möglichkeit dass dies im Paket gebucht wird. Natürlich waren die Flüge aufgrund des Datums (25.12.2016) teurer und bei mir waren nochmals ca. 350,00 Euro fällig. In der Regel bekommt man Flüge aber auch Flüge ab 120,00 Euro aufwärts. Da kann man echt nichts sagen. Diese Flüge bekommt man aber meist nicht kurzfristig, eher wenn man seine Behandlung mittelfristig mit zwei, drei oder vier Monaten Vorlaufzeit plant.

Ausgangssituation

Da ich den Gedanken einer Haartransplantation schon ein paar Jahre verfolge, habe ich mir immer wieder Angebote eingeholt und über diverse Haarkliniken informiert. Zu Beginn habe ich mich nur auf die deutschen Anbieter konzentriert, da mir diese preislich aber deutlich zu teuer waren und auch immer noch sind, hatte ich die Haartransplantation eigentlich ad acta gelegt aber unverhofft kommt oft und ich habe durch Zufall den Kontakt von Serkan erhalten. Nicht lange überlegt und ihn an einem Samstagmorgen angerufen. Wie bereits oben beschrieben wollte er Bilder zur Beurteilung meiner Haarsituation. Er dann kann er mehr sagen. Gesagt, Getan. Nachdem die Bilder versendet waren meldete er sich innerhalb kürzester Zeit bei mir und wir besprachen in einem längeren Telefonat die Rahmenbedingungen. Ich fühlte mich relativ schnell angesprochen. Doch so verlockend es im ersten Moment geklungen hat, so schnell hat sich auch Skepsis breit gemacht.

Warum wird der Eingriff in der Türkei so viel günstiger angeboten? Warum finde ich über Serkan nichts im Internet? Diese Skepsis wurde mir jedoch durch meinen Freund von dem ich den Kontakt erhalten hatte genommen. Er versicherte mir das Serkan sehr professionell arbeitet und sehr hohe Ansprüche an seine Operateure hat. Dies kann ich im Nachhinein nur bestätigen. Zusätzlich hatte ich ein lebendes Beispiel vor mir. Nachdem ich mir ein paar Tage Gedanken gemacht hatte und mich ein wenig eingelesen hatte, sind natürlich immer mehr Fragen aufgekommen. Kurzerhand habe ich Serkan angerufen und die Themen besprochen und er hat mir zu jeder meiner Fragen eine ausführliche Antwort gegeben. Die letzte Skepsis wurde mir genommen

nachdem er mir sagte dass er zu diesem Zeitpunkt, an dem ich die HT durchführen lassen will, auch vor Ort sein wird.

Meinem ehemaligen Mitbewohner habe ich dann auch von meinem Vorhaben erzählt, da ich wusste dass er ebenfalls seit längerem die Überlegungen anstellt eine HT durchführen zu lassen. Und natürlich ist zu zweit die Zeit vor und nach der OP in Istanbul deutlich angenehmer. Zumal er selbst Türke ist und somit der Sprache mächtig was zusätzlich einiges erleichtert.

Nach kurzer Überlegung und Kontakt mit meinem Kollegen war auch er überzeugt und die Reise zu zweit konnte beginnen.

Hier noch ein paar Bilder vor der Haartransplantation (Ende November)



Bilder am Tag der OP (26.12.2016)

Ich hatte mir in der Zwischenzeit (17.12.2016) die Haare auf 20mm abrasieren lassen um mich und meine Mitmenschen auf die neue Situation einzustellen.



25.12.2016 - Die Anreise und Eindrücke

Heute habe ich die Reise nach Istanbul angetreten. Mein Flug ging von Frankfurt nach Istanbul (Atatürk). Ankunft war um 20.05 Uhr.

Die Anreise meines Mitbewohners ging von München nach Istanbul (Atatürk). Ankunft von ihm war 19.35 Uhr. Nachdem es sehr langer dauerte bis die Koffer kamen ging ich an dem mit meinem Kollegen vereinbarten Treffpunkt (Vodafone Shop) wo mich beide schon erwarteten. Wir gingen aus dem Flughafen raus, über eine Straße in ein Parkhaus. Von dort ging es direkt zum Hotel in Levent. Auf der Straße war wenig Verkehr, so dass wir bereits nach 20 Minuten im Hotel angekommen waren. Check-In war sehr freundlich und ging ganz schnell.

Mein Eindruck ist immer noch durchweg positiv. Alle haben mich hier sehr freundlich empfangen. Das Hotel und speziell das Zimmer ist super. Die Gegend hatten wir am Abend noch ein wenig erkundet. Es gibt viele kleine Geschäfte, Restaurants und Dönerläden. Verhungern und verdursten muss man hier also nicht und man ist auch nicht auf das Hotel angewiesen, was diesen Punkt betrifft.

Bilder Hotel (Außen Ansicht):

Vielleicht erkennt der ein oder andere das Hotel.



26.12.2016 & 27.12.2016 – Die OP und der Tag danach

Am Montag wurden wir von meinem Kollegen um 11.30 Uhr abgeholt und wir sind noch etwas essen gegangen in einer riesigen Shopping Mall. Gegen 15 Uhr haben wir uns auf den Weg zur Klinik gemacht. Die Fahrt hat ca. 30 Minuten gedauert. Am Krankenhaus angekommen sind wir auf Ebene 7 gefahren wo wir routinemäßig Blut abgenommen bekommen haben. Nach ca. 20 Minuten Wartezeit waren die Ergebnisse vorhanden welche kurz besprochen wurden, speziell drei Werte die für das Anwachsen der Grafts eine Rolle spielen. Leider kann ich jetzt gar nicht mehr sagen welche drei Werte gekennzeichnet waren. Eine weitere Kontrolle sind Krankheiten wie Hepatitis B, Hepatitis C, Syphilis und HIV. Anschließend ging es auf Ebene 8 wo auch die Operation stattgefunden hat. Bei beiden von uns war alles ok. Nach der erfolgten Besprechung ging es zum Anzeichnen der Haarlinien. Hierfür musste ich die Augenbrauen hochziehen, damit die Muskulatur der Stirn zum Vorschein kommt. Diese Muskeln geben vor, bis zu welcher Stelle maximal transplantiert werden kann oder besser gesagt sollte. Nach dem Anzeichnen der Haarlinie wird man nach seiner eigenen Meinung gefragt, ob man damit zufrieden ist. Änderungen können dann noch erfolgen. Nachdem wir beide mit unseren Linien nach kleineren Korrekturen zufrieden waren ging es zum Rasieren. Hier werden ALLE Haare abrasiert. Für mich war das vor dem Eingriff der Punkt, vor dem ich am meisten Angst hatte. Nicht wegen der Schmerzen, sondern mit einer Glatze rumlaufen zu müssen. Nach der Rasur bekamen wir einen Umhang, den man anziehen soll. Daher ist es sehr wichtig, die richtige Kleidung mitzuführen, da man das Oberteil nach der OP wieder anziehen muss, ohne

die Haare zu berühren. Ich hatte zum Glück ein Hemd an. Was ich jedem nur empfehlen kann. Die Zeit verging wie im Flug und bis es überhaupt richtig los ging war es schon 16.30 Uhr. Dann war es aber soweit und jeder ging in seinen eigenen OP-Raum welcher nicht weit voneinander entfernt war. Die Liegen waren bequem und elektronisch verstellbar. Dies scheint in der Türkei wohl nicht selbstverständlich zu sein. Die komplette Ausstattung war sehr hochwertig.

Ich sollte mich auf den Bauch legen und mir wurde gesagt dass nun die Entnahme der Grafts stattfinden wird. Demnach ging es somit an die die Lokalanästhesie. Nun war es also soweit die gefürchteten Spritzen waren unumgänglich. Ich empfand es als schmerzhaft aber nicht so schlimm wie erwartet. Angenehm ist natürlich anderes, aber absolut auszuhalten. Es tut auch nicht die Spritze an sich weh, sondern das Betäubungsmittel, welches den Schmerz bereitet. Der jeweilige Schmerz dauerte auch nur ein paar Sekunden und nach 2-3 Minuten ist es auch schon geschafft. Soweit ich mich erinnern kann wurden ca. 6 Spritzen gesetzt und anschließend ca. 5 Minuten pausiert damit die Wirkung vollständig vorhanden ist. Nachdem die Wirkung eingesetzt hat, machte sich der Operateur ans Werk und entnahm die ersten Grafts, welche direkt entnommen und qualitativ beurteilt wurden. Es waren 2er und 3er Grafts. Nach der Bewertung übergab er an eine Assistentin welche den Rest der Entnahme tätigte. Für das Bohren mit dem Mikromotor und händisches Entnehmen von ca. 4400 Grafts muss mit ca. 5 Stunden gerechnet werden. Schmerzen hat man hier absolut keine. Nach der Entnahme wird einem eine OP Haube aufgesetzt und eine kleine Pause eingelegt. Ich nutzte die Chance um bei meinem Freund im OP-Raum vorbei zu schauen. Er war noch bei der Entnahme. Mittlerweile war es ca. 21.30 Uhr. Wir wurden gefragt ob wir etwas essen wollten aber ich hatte absolut kein Hunger. So ging es nach 10 Minuten zum letzten Schritt, dem Kanäle öffnen und einsetzen der Grafts. Aber zuvor waren leider wieder diese schmerzhaften Betäubungsspritzen in den Vorderkopfbereich an der Reihe. Diese empfand ich als extrem unangenehm. Wenn ich es noch richtig in Erinnerung habe wurden knapp 15 Spritzen gesetzt und nach 5 Minuten Einwirkzeit konnte die Kochsalzlösung gespritzt werden. Die Kochsalzlösung dient dazu dass sich die Haut von der Schädeldecke abhebt und dort ohne diese zu verletzen gearbeitet werden kann. Das Öffnen der Kanäle sowie das Einsetzen der Grafts erfolgte sitzend – liegend. Das Öffnen der Kanäle hat wiederum ein anderer Operateur der hierauf spezialisiert ist übernommen. Auch dieser Schritt war absolut schmerzfrei und wurde beidseitig zur gleichen Zeit von zwei Assistentinnen durchgeführt. Während des Einsetzens gab es eine kleine Pause, da mein ehemaliger Mitbewohner etwas zu essen bestellt hatte. Anfangs hatte ich eigentlich keinen Hunger aber sobald man isst merkt man dass es richtig gut tut. Nach dieser Pause wurde bis zum bitteren Ende durchgezogen. Nach nun insgesamt 10 Stunden war ich gegen 02:30 Uhr erlöst und glücklich, alles hinter mich gebracht zu haben. Bevor ich endgültig erlöst war wurde die Entnahmestelle mit einem Tuch mit Salbe und einem Verband belegt. Dieser wurde am selben Tag noch entfernt aber hierzu später mehr.

Aufgrund dessen dass wir zu zweit in der Klinik waren musste ich noch einige Zeit warten. Um 04:30 Uhr war auch er erlöst und es wurde uns erklärt worauf wir achten müssen und das er um 13 Uhr zu uns ins Hotel kommt. Um 5 Uhr ging es Richtung Hotel welches wir gegen 05.15 Uhr erreichten.

Das jedem bekannte Nackenkissen hatten wir bereits am Mittag von meinem Arbeitskollegen bekommen. Jeder der solch eine OP hat durchführen lassen weiß welche physische „Belastung“ das Schlafen in der ersten Nacht nach dem Eingriff ist. Man will alles richtig machen und die Grafts auf keinen Fall berühren. So war dies auch bei uns der Fall. Kurzerhand hatten wir uns entschlossen im Sitzen ein paar Stunden zu schlafen bevor es zum Frühstück ging. Dies funktionierte mehr schlecht als recht. Nach gefühlten Stunden was aber in Wirklichkeit gerade mal 2 Stunden waren entschlossen wir uns zum Frühstück zu gehen. Im Hotel ist es völlig normal so rumzulaufen. Man wird nicht doof angeschaut oder angesprochen. Maximal von den Patienten die es noch vor sich haben aber man gibt gerne seine frisch gemachten Erfahrungen weiter. ;-)

Den restlichen Tag haben wir auf dem Hotelzimmer verbracht und Filme geschaut. Schätzungsweise 13 Uhr kam einer der Operateure bei uns im Hotel vorbei und hat uns unsere Medikamente vorbeigebracht und deren Einnahme erklärt.

Der Verband wurde abgenommen und die Stelle des Spenderbereichs gesäubert. Im Anschluss wurde noch ein "Anti-Septikum" auf die Stelle aufgetragen. Ich vermute um Infektionen vorzubeugen und um die Stelle zu desinfizieren. Wir bekamen kein Stirnband oder ähnliches da durch die Kochsalzlösung welche noch vorhanden ist Druck im Kopf entsteht und dies nicht förderlich für die Grafts ist. Die Kochsalzlösung soll so schnell wie möglich diffundieren und möglichst nach „unten“ wandern. Um 14.30 Uhr kam mein Arbeitskollege vorbei um sich das Ergebnis persönlich anzuschauen und noch ein paar hilfreiche Tipps zu geben.

Gegen Abend hat uns der Hunger aus dem Hotelzimmer getrieben. Es gibt in der direkten Umgebung viele Restaurants und Schnellimbisse aber wir haben der Einfachheit im Hotel gegessen. Nach dem Essen wurden wir ziemlich schnell ziemlich müde. Jedoch schießt einem relativ schnell das Thema Empfindlichkeit der Grafts in den Kopf.

Etwas blöd ist, dass man nur auf dem Rücken schlafen darf und der Kopf mind. 30° erhöht liegt. Dafür gibt es auch das berühmte Nackenkissen auf dem man schlafen soll. Das wird auf Dauer etwas unbequem. Da muss jeder für 9 bis 10 Nächte durch. Danach sind die Grafts fest.

Über die Tage die wir vor Ort war, haben wir einige andere im Hotel kennengelernt. Diese haben es eben offiziell über eine „Agentur“ gebucht. Bei denen lief es ähnlich ab wie bei uns.

Fazit: Alles top, absolut Daumen hoch. Alles hat auf mich einen äußerst guten Eindruck gemacht und speziell die Fachkenntnisse der Operateure und deren Arbeitsweise hat mich extrem beeindruckt.

In all den Tagen habe ich keine Situation erlebt in der ich mich unwohl, schlecht beraten oder nicht in Kompetenten Händen gefühlt habe. Damit ich keine Lobeshymne singe, möchte ich etwas anmerken. Es sollte einem klar sein, dass man nicht in Deutschland, sondern in der Türkei ist. Was die Behandlung angeht, macht

das keinen Unterschied, aber die Mentalität der Menschen ist eine andere. Wenn der Assistent also mal ein paar Whatsapp-Nachrichten verschickt oder das Handy klingelt dann ist dies dort wohl normal. Aber das hat mich nie gestört da dies keinen Einfluss auf das Endergebnis hat. Auch die ganzen Bilder die wir gemacht haben, haben niemanden gestört und es war eine sehr lockere Atmosphäre mit Spaß dabei.

Bilder Krankenhaus & OP



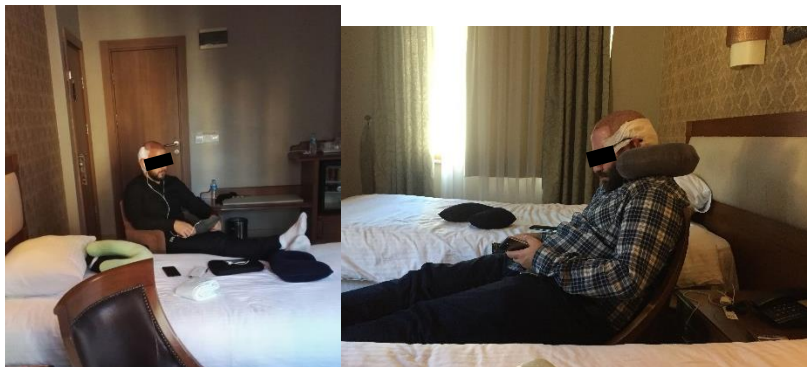
Bilder im Hotel nach der OP:



Bilder der Entnahmestelle am Nachmittag nach der OP:



Schlafposition am Tag nach der OP:



Medikamente für die nächsten 10 Tage:



28.12.2016 – Tag 2 Post-OP

Am Tag 2 nach der OP haben wir uns entschieden Istanbul anzuschauen. An diesem Tag sind wir 26km und über 30.000 Schritte gelaufen. War zwar anstrengend aber es tat sehr gut. Man ist abgelenkt und der Tag geht sehr schnell vorbei.

Durch das viele laufen hat die Kochsalzlösung begonnen sich nach unten in mein Gesicht zu arbeiten. Ich könnte glatt bei StarTrek mitspielen. :-D

Das gelbe an der Entnahmestelle ist keine Wundflüssigkeit sondern durch die Creme welche eine gelbliche Farbe hat.

Bilder Status am Tag 2 Post-OP



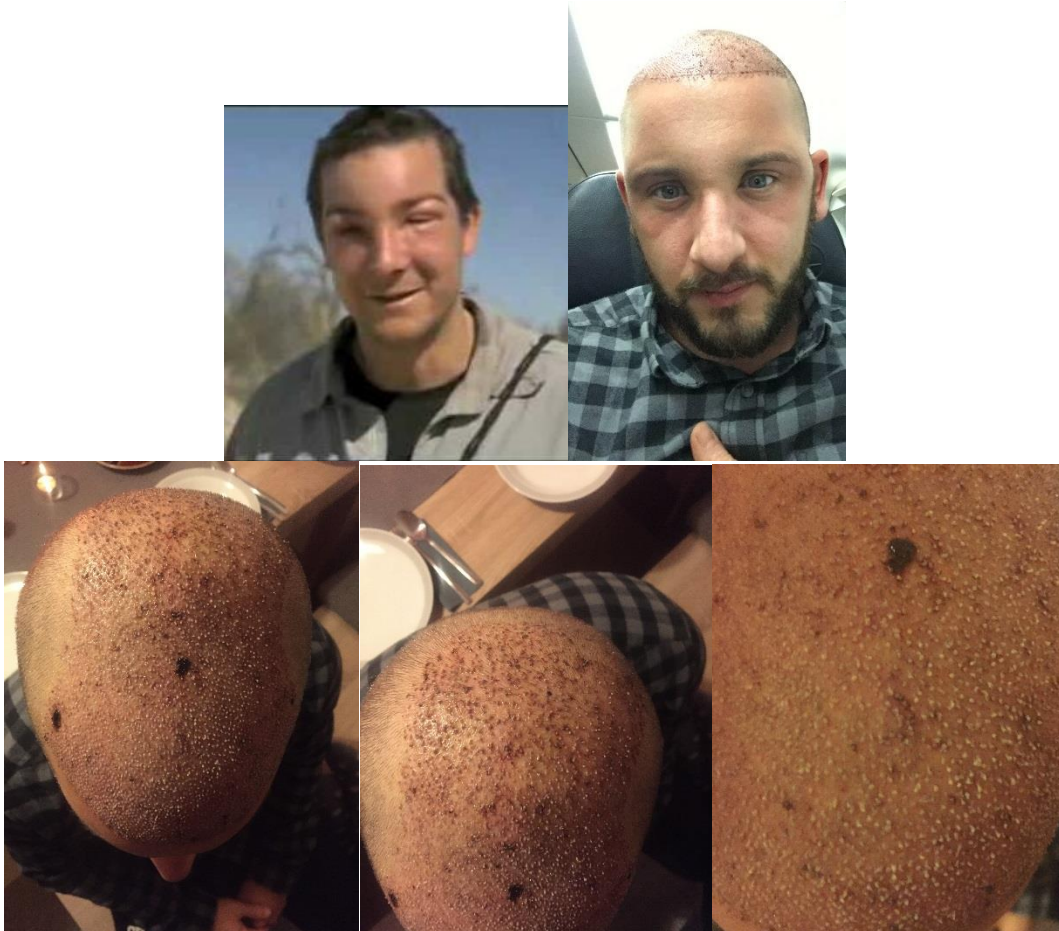
29.12.2016 – Tag 3 Pos-OP

Der Tag 3 nach der OP war unser Rückreisetag. Normalerweise kann man auch schon einen Tag früher zurückfliegen aber wir hatten uns entschieden noch einen Tag länger in Istanbul zu bleiben um uns die Stadt in Ruhe anschauen zu können.

Gegen 14.00 Uhr hat uns ein Taxi am Hotel abgeholt und zum Flughafen gebracht. Es hat ca. 45 Minuten gedauert aufgrund eines Unfalls auf der Autobahn. Alles Weitere verlief Planmäßig und um 17:05 Uhr ging der Flieger nach München wo wir zusammen mit Freunden Silvester gefeiert haben.

Bilder am Tag der Rückreise:

Wie zu sehen ist rutscht die Kochsalzlösung immer weiter in mein Gesicht herunter. Nun sitzt sie zwischen der Stirn und den Augenbrauen. Es erinnert ein wenig an Bear Grylls und seine allergische Reaktion auf die Bienenstiche.



30.12.2016 – Tag 4 Post OP – Die erste Haarwäsche

Am Tag 3/4 hat die erste Haarwäsche stattgefunden. Zuerst soll man die Lotion auftragen und 45 Minuten einziehen lassen. Hier waren wir etwas unsicher, aber man hat den Dreh relativ schnell raus. Man soll nichtreiben, damit man nichts beschädigt. Tupfen funktioniert super. Ein super Tipp ist die Lotion mit einem Rasierpinsel aufzutupfen.

Nach der Einwirkzeit von 45 Minuten, haben wir die Lotion vom Kopf "gewaschen". Hierfür haben wir eine Sprühflasche verwendet. Bekommt man in jedem Baumarkt in der Pflanzenabteilung ;-). Prinzipiell kann man auch einen Messbecher oder ähnlichem verwenden. Es soll ein zu harter Strahl aus dem Duschkopf vermieden werden der evtl. die Grafts herauspülen könnte.

Danach soll das Shampoo (SebaMed Urea 5%) genutzt werden. Man muss es in der Hand etwas anfeuchten und kann es dann durch reiben oder wieder mit dem Rasierpinsel aufschäumen und auf den Kopf tupfen. Den Hinterkopf bzw. Entnahmbereich soll ebenfalls shampooiert werden jedoch mit kreisenden Bewegungen das Shampoo einmassieren. Das soll die Durchblutung fördern. Im Anschluss wieder mit der Sprühflasche abspülen. Der Vorgang des Shampooierens soll 2x wiederholt werden. Zum Schluss soll der Kopf mit kaltem Wasser abgespült werden. Ebenfalls soll dies die Durchblutung fördern.

Das Trocknen des Kopf kann mit einem weichen Tuch durch leichtes tupfen stattfinden oder gar per Lufttrocknung. Im Anschluss die Creme auf den Entnahmbereich auftragen und einreiben.

Bilder nach der ersten Haarwäsche:



06.01.2017 - Tag 10

Der 10. Tag nach der OP ist der Tag ab dem die Grafts von der Haut umschlossen sein sollen und man beginnen kann den geplanten Bereich normal waschen kann. Das Waschen an diesem Tag ist nochmal speziell. Wie beim Waschen während der 10 Tage nach der OP wird mit der Lotion begonnen. Diesmal habe ich es es aber mit kreisenden Bewegungen aufgetragen und einmassiert. Einwirkzeit von 45 Minuten bleibt gleich. Danach unter lauwarmem Wasser mit kreisenden Bewegungen abspülen. Hier fallen einige Verkrustungen und überschüssige Haut ab. Nach diesem Schritt sieht der transplantierte Bereich schon viel besser aus. Jedoch ist das noch nicht alles. Ich habe nun wie im vorherigen Schritt mit kreisenden Bewegungen das Shampoo einmassiert und anschließend direkt abgespült. Durch dieses Waschen sind aus meiner Sicht 70% der Verkrustungen und der überschüssigen Haut abgegangen. Ab dem 13. Tag soll der Kopf frei von sämtlichen Verkrustungen sein.

Zwischenzeitlich hatte ich auch nochmals Kontakt mit meinem Arbeitskollegen, da nach so einem Eingriff vermehrt Fragen auftreten. Auch nach der Operation bekam ich schnell ausführliche Antworten auf meine Fragen, so dass man auch nach dem Eingriff nicht alleine da steht.

Mein positiver Eindruck hat sich weiterhin bestätigt. Ich bereue die OP nicht und bin wirklich froh diesen Schritt gegangen zu sein. Bleibt nur zu hoffen, dass nicht allzu viele Haare in den nächsten Wochen wieder ausfallen.

Bilder Tag 10:

Das erste Bild zeigt den Kopf nach dem Einmassieren mit der Lotion. Die nachfolgenden Bilder zeigen den Status direkt nach dem Waschen. Man sieht das noch einige Haut und Grinde auf dem Kopf sind. Diese haben sich aber in den nächsten Tagen durch das Waschen verabschiedet.



Ca. 1 Stunde nach dem Haare waschen hat sich die Haut wieder „normalisiert“ (ist dasselbe Prinzip wie bei den schrumpeligen Fingern bei zu langem Wasserkontakt) und man sieht fast gar nichts mehr.



08.01.2017 - Tag 13/14

Ab dem heutigen Tag sollte das Größte überstanden sein. Man darf ab heute wieder normal duschen und der Kopf sollte frei von Verkrustungen sein. Trotz das man wieder normal duschen darf ich man sehr vorsichtig denn die neuen Haare will man nicht gleich „grob“ anpacken.

Heute habe ich zum ersten Mal das Biotin-Shampoo und Spray verwendet. Der ein oder andere mag das Shampoo bzw. Spray für unnütz halten aber Glaube kann bekanntlich Berge versetzen. Seitdem ich das letzte Mal die Haare auf die spezielle Weise gewaschen habe benutze ich auch die Creme nicht mehr. Aber zusätzlich um die Wundheilung im Entnahmebereich zu unterstützen verwende ich Bepanthen Wund- und Heilsalbe jeweils 1x am Tag.

Es sind jedoch trotz scheinbarer Normalität immer noch einige Dinge zu beachten. Starke Anstrengungen bzw. starker Druck auf den Kopf sind zu vermeiden. Sport sollte bis 4 – 6 Wochen Post-OP vermieden werden. Ebenso wie Schläge gegen den Kopf z.B. Kopfball beim Fußball etc. Sauna, Solarium und Sonne sind für die nächsten 6 Monate tabu.

Die Haare im Bereich der gepflanzten Wurzeln sollen 1 Jahr lang mit der Schere geschnitten werden. Hinterkopf und die Seiten (Entnahmebereich) darf mit der Maschine geschnitten werden.

