
Subject: Schlechte Ernährung nach haartransplation
Posted by [Berlinkk1234](#) on Wed, 31 Mar 2021 18:28:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Leutre,

meine OP liegt sieben Wochen zurück.

Ich habe die ersten drei Wochen einigermaßen normal gegessen. Aber durch den Stress im Job habe ich ab der vierten Woche bis vor einigen Tagen so gut wie gar nichts gegessen.. bzw. Keine Vitamine etc.

Ich habe lediglich Zink Tabletten und Biotin zu mir genommen.

Nun habe ich die Befürchtung, dass dadurch kein Haarwuchs mehr kommt oder nur ganz wenige Haare nachwachsen.

Ich habe im Netz recherchiert....Vitaminmangel kann dazu führen, dass die Haarfollikel dadurch zerstört werden.

Hat jemand Erfahrung damit?

Ich danke euch im Voraus.
