

---

Subject: ein paar POST-OP Fragen

Posted by [Copperpot](#) on Sun, 24 Jan 2010 17:16:52 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Leute!

Bin jetzt 15 Tage Post-OP nach meiner Hattinger-HT Nun wollt ich euch um Rat fragen.

Wann darf ich mich wieder sportlich betätigen? Ich denke da an Lauftraining, Fußballtraining (Kopfbälle?), bissl Krafttraining mit Liegestützen und Co.?

Wie lange muss ich die vorsichtige Wäsche der transplantierten Zone mit ph-neutralem Shampoo durchziehen? Wann darf ich wieder normales Shampoo verwenden? Wann soll ich die Kopfhaut massieren, um die letzten Krusten herunterzubekommen? Darf ich da schon ohne Bedenken Hand anlegen? Was ich hier gelesen habe, sollten ja nach 14 Tage alle Grafts sicher sein ...

Hoffe ihr könnt mir helfen,

Ig Copperpot

---