

---

Subject: 5 Wochen post OP

Posted by [Romualdo](#) on Thu, 03 Jan 2013 07:34:51 GMT

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

---

hallo zusammen!

bin mit heutigem tage 5 wochen post fut! eine großzahl der transplantate hat sich, samt krusten, verabschiedet. die narbe sieht zunehmend besser aus und es sind kaum noch schmerzen zu spüren.

nun meine frage(n) an die profis:

1) ich habe für die narbe bepanthen verwendet. wie lange soll ich die salbe für die narbe noch verwenden? sollte man ab einer gewissen zeit etwas anderes verwenden? habe im forum etwas über eine "narben 1x1" von dr lindsey gelesen - leider konnt ich das nicht öffnen!

2) im empfängerbereich sind die krusten zum glück weg. soll ich dafür auch weiter ein pflegeprodukt verwenden? oder was habt ihr für den empfängerbereich verwendet?

3) das leidige thema - sport: kann/soll/darf man nach 5 wochen zumindest wieder radfahren, laufen oder beintraining machen? an den oberkörper zu denken ist eh noch viel zu früh, aber nur spazieren zu gehen wird schon langsam langweilig. außerdem is sport bei mir beruflich bedingt ein großes thema!

ich hoffe auf eure guten tips - mit bestem dank im voraus!!!

---