

---

Subject: "Schlaf"-Tipps

Posted by [ispera](#) on Sun, 11 Nov 2007 09:15:25 GMT

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

---

An die Transplantierten:

Habt Ihr mir Tipps, wie Ihr die Nächte in den Tage nach der OP verbracht habt.

Ich schlafe jetzt nicht mehr mit hochgestelltem Kopf, da ich eh keine Schwellung mehr habe.

Jedoch schmerzen und drücken die Klammern der Naht beim Schlafen auf dem Hinterkopf doch schon sehr und an ein Durchschlafen ist somit nicht zu denken.

Allerdings habe ich Angst, auf der Seite zu schlafen, da ich nicht auf den Grafts liegen will, oder ab wann kann man das wieder?

Ist da nur in den ersten 3 Tagen Vorsicht geboten, nicht auf der transplantierten Fläche zu liegen??

Bin jetzt 6. Tag Post OP.

Danke für Eure Tipps...

---