

---

Subject: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [Tripple](#) on Sun, 05 Mar 2017 14:35:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Es startet die 4. Woche Post-OP und ich behandle den Empfängerbereich immer noch mit Samthandschuhen. Vielleicht kennen das ja einige von euch..

Meine Frage: Ab wann sind die Grafts wirklich sicher? Ich möchte einfach wieder ins normale Leben zurück, inkl. Cappy tragen, Schwitzen , usw...

Subjektiv würde ich sagen, sobald die ersten Grafts nachwachsen, ist das richtig?

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [breathing](#) on Sun, 05 Mar 2017 14:39:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Die grafts sind seit der 2. Woche Post OP 100 % safe...

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [Kerimas](#) on Sun, 05 Mar 2017 14:50:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

breathing schrieb am Sun, 05 March 2017 15:39Die grafts sind seit der 2. Woche Post OP 100 % safe...

Dem stimme ich zu.

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [Sven987](#) on Sun, 05 Mar 2017 14:59:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

D.h. Cappi tragen, auch für längere Zeit, ist nach zwei Wochen völlig unbedenklich?

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [Kerimas](#) on Sun, 05 Mar 2017 15:07:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sven987 schrieb am Sun, 05 March 2017 15:59D.h. Cappi tragen, auch für längere Zeit, ist nach zwei Wochen völlig unbedenklich?

Yepp, Sauerstoff muss sowieso nicht dran, weil die Versorgung über das Blut erfolgt.

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [breathing](#) on Sun, 05 Mar 2017 16:15:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Kerimas schrieb am Sun, 05 March 2017 16:07Sven987 schrieb am Sun, 05 March 2017 15:59D.h. Cappi tragen, auch für längere Zeit, ist nach zwei Wochen völlig unbedenklich?

Yepp, Sauerstoff muss sowieso nicht dran, weil die Versorgung über das Blut erfolgt.

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [Tripple](#) on Sun, 05 Mar 2017 16:23:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke für die Info!

Wie siehts mit Kraftsport aus?

In den Post-OP Anweisungen von Hattingen steht, dass 4 Monate kein Kraftsport erlaubt ist. Gilt dies jetzt nur für FUT-, oder auch für FUE-Patienten?

Mir kommt dieser Zeitraum für FUE extrem lang vor.

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [Feloni](#) on Mon, 06 Mar 2017 07:39:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo ,

also ich habe den Kraftsport 4-5 Wochen komplett ausgesetzt.

War eine sehr schwere Zeit .

Aber seit der 5. Woche trainier ich wieder ganz normal.

Kann dir aber noch nicht sagen, ob sich das negativ auf die Anwuchsrate ausgewirkt hat.

Gruß

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [Vik2017](#) on Mon, 06 Mar 2017 07:46:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ohaaa 4 Monate Fitness auszusetzen ist eine Hausnummer.

Ich mache seit 6 Wochen kein Sport, sprich bin auch auf den Tag genau 6 Wochen Post-OP.

Werde heute damit starten, gleichwohl hat mich die Aussage mit den 4 Monaten nun zum

---

Nachdenken gebracht.

Haben die 4 Monate, wie oben von jemanden in den Raum gestellt ggf. mit Fut oder Fue zutun?

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?

Posted by [Ryder89](#) on Mon, 06 Mar 2017 08:41:12 GMT

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

---

FUT... Geht um die Narbendehnung.

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?

Posted by [-Mark-](#) on Mon, 06 Mar 2017 08:58:28 GMT

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

---

Hallo,

du kannst davon ausgehen, dass die Grafts nach einer Woche Safe sind.

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?

Posted by [Vik2017](#) on Mon, 06 Mar 2017 09:07:02 GMT

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

---

Vielen Dank @Ryder und @Mark.

Dann kann ich beruhigt heute starten.

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?

Posted by [kuzey11](#) on Mon, 06 Mar 2017 14:00:47 GMT

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

---

Die Ärzte sprechen ab 10 Tag ist alles safe.

Kraft und Kampfsport meinte mir mein Arzt 3-6 Monate. In internationalem Foren mit Ärzten sagen die, das man ab 3 Woche starten kann.

Die Meinungen gehen auseinander und jeder Arzt hat seine Methode.

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?

Posted by [Ryder89](#) on Mon, 06 Mar 2017 14:20:08 GMT

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

---

Ab Tag 12 kann man laut studie keinen graft mehr durch mechanische einwirkung verlieren...

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?

Posted by [Crossfitter777](#) on Sat, 08 Apr 2017 11:10:57 GMT

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

---

Gut zu wissen.

Mein Doc meinte man könnte nach Tag 10 wieder mit Ausdauersport anfangen und ab Tag 14 wieder mit Kraftsport.

Kampfsport oder Fußball (wegen Kopfbällen) erst nach 6-8 Wochen.

Also man hat mir es so erklärt. Sobald die Krusten vollständig weg sind, kann man mit Kraftsport, Ausdauersport etc. beginnen und die Grafts kann man soweit als Safe ansehen. Ich werde so ab Tag 15 wieder mit Crossfit & Joggen anfangen, vorausgesetzt alle Krusten sind weg.

Geht ums schwitzen und daraus folgenden Infektionen wenn die Krusten noch da sind.

Grüße

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?

Posted by [Sven987](#) on Sun, 09 Apr 2017 15:37:36 GMT

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

---

Ab Tag 14 mit Kraftsport? Dann aber FUE, oder?

Wie verhaltet ihr euch nach der HT auf der Arbeit? Mit oder ohne Cappi?

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?

Posted by [Sven987](#) on Sun, 09 Apr 2017 15:39:33 GMT

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

---

Muss noch was beim Cappitragen nach zwei Wochen beachtet werden?

Einfluss auf das Ergebnis?

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?

Posted by [Crossfitter777](#) on Sun, 09 Apr 2017 17:54:22 GMT

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

---

Ja Fue OP

Werde langsam wieder einsteigen. Es geht ja wie beschrieben nur um die Wundheilung. Sport hat einen positiven Einfluss auf den Körper und die Durchblutung. Und eine gute Durchblutung kommt den Grafts auch zu Gute.

Klingt doch eigentlich ganz logisch

---

Auf der Arbeit im Büro ohne Cap. Ich will da eh nichts verbergen  
Genau so wie generell draußen. Gehe ganz normal einkaufen etc.

Und zur Cap nach 2 wochen denke ich ist unbedenklich da die Grafts ja safe sind und die Krusten entfernt sind.

Wir sprechen ja von diesen Trucker amy cap oder?

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [Sven987](#) on Sun, 09 Apr 2017 18:11:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Weiß nicht, welche cap du meinst

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [Crossfitter777](#) on Sun, 09 Apr 2017 19:38:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich meinte die caps die man hinten verstellen kann. Diese typischen ami Caps

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [\\_Mario](#) on Sun, 09 Apr 2017 20:03:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Crossfitter777 schrieb am Sun, 09 April 2017 21:38Ich meinte die caps die man hinten verstellen kann. Diese typischen ami Caps  
Hatte ich sogar am 1. Tag Post-OP über einem Stirnband auf. Im Flieger nahm ichs aber ab.

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [Sven987](#) on Sun, 09 Apr 2017 20:11:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Muss man das KopfTuch bei der Kontrolle am Flughafen abnehmen?  
WerDe vom Flughafen Zürich fliegen.

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?  
Posted by [\\_Mario](#) on Mon, 10 Apr 2017 04:15:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich hatte kein Kopftuch, aber du wirst in der Türkei deine Kopfbedeckung kurz abnehmen

---

müssen zur Passkontrolle. Bei der Wiedereinreise nach D konnte ich das Cap sogar auflassen.

---

---

Subject: Aw: Ab wann sind die Grafts 100% safe?

Posted by [Crossfitter777](#) on Mon, 10 Apr 2017 09:04:59 GMT

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

---

Ich bin einfach ohne kopfbedeckung gereist  
in D die blicke am Flughafen waren lustig. Auch die Zöllner haben ganz schön geguckt. Aber  
wayne interessiert.

---