

---

Subject: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Tue, 06 Jun 2017 13:01:31 GMT

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

---

Hi!

Ich bin totaler Newb aber interessiere mich für Haarverpflanzung.  
Ich habe große Geheimratsecken und lichtetes Haar im Mittelbereich.

Ok.

Erster Schritt mal Wikipedia

<http://www.wikiwand.com/de/Haartransplantation>

Ok. Die modernste Methode ist Follicular Unit Extraction FUE. Es werden folliculäre Einheiten von etwa 3-4 Haaren entnommen. Entnahmestelle muss nicht genäht werden und Entnahmestelle ist nachher praktisch nicht zu erkennen.

(,Vorgänger' FUJ oder FUT: Da wird ein ganzer Streifen entnommen, der wohl zugenäht werden muss und nachher durch Haar verdeckt werden muss)

Ok. Jetzt lese ich mal weiter.

Irgendwelche Tips was man lesen sollte, bzw. wie sollte man vorgehen? (zb Einfach im Forum etwas herumlesen? Alle Erfahrungsberichte nach der Reihe lesen?) (ich habe jetzt mal komplette Abteilung FAQ durchgesehen)

Ok, hier ein guter Thread für ersten Überblick, den Basics für Newbies:

<https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/t/5585/>

Ich bin 34,

Fotos von Kopf:

[https://www.dropbox.com/sh/ha92ptaaak1hzk0/AAB9A6vCSr\\_qBe9PK0BbciCua?dl=0](https://www.dropbox.com/sh/ha92ptaaak1hzk0/AAB9A6vCSr_qBe9PK0BbciCua?dl=0)

Mein Vater hat starke Geheimratsecken und Haare etwas weiter hinten, aber eben bei weitem keine Glatze, meine Opas wohl dasselbe. Also mein Papa hat wohl zwischen 2 und 2a, meine Opas ich glaub 3 vor Tod (müsst mir nochmal Bilder anschauen), mein Onkel wohl 2a. -> heißt dass was? Dass ich mich drauf verlassen kann weit genug Spenderhaare zu haben für mein Leben. (Naja, in 20 Jahren haben sie eh schon das Haarklonen erfunden..)

Nächste Schritte:

1. Entscheiden ob ich es will

Die ist wohl schon da.

1b. Vorberatungen -> Dichtemessungen, Donormangement, (Minituarisierung abchecken)  
-> das muss man genauso bei denselben Ärzten machen?

2. Klinik aussuchen

weitere Fragen:

3. Wie ‚dicht‘ kann ich auftragen, ich schätze mal ich muss keine Angst haben mit ‚so dicht wie möglich‘ (60-70 grafts pro cm<sup>2</sup>? dass mir die Haare ausgehen)

Ok, Frage ist auch wie viel von den Geheimratsecken ich auffüllen soll, dass mir nicht die Spenderhaare ausgehen für evtl schwache Mitte in 20 Jahren -> Sowas weiß wohl ein guter Arzt und entscheidet/empfiehl je nach Alter, Status und Reserven?

ADDON Notizen von mir:

Hier:

NW Nordwood Scale:

<http://i.imgur.com/5ZkLr1C.png>

( \*\*\*Edit: Bilder von Fremdseiten bitte nur verlinken. -Mona- \*\*\* )

Vorher Rechtsschutzversicherung abschließen? Es dauert 3 Monate bis sie greift.

Notizen aus dem super-Post von Mordoc (ist aber von 2012):

<https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/t/5585/>

Mikromotor ist billiger, aber etwas schlechter (weniger Grafts überleben, Entnahme etwas grober).

(Mikromotoren können zb 4000 grafts pro Tag entnehmen, gute Ärzte entnehmen nur so 1000 grafts pro Tag, in 2 Sessions)

Ärzte sollen Loch machen, Graft rein, Loch machen... - nicht: 500 Löcher stechen, dann 500 grafts rein.

Alle Ärzte mit Unterforen sind wohl gut. Das es z.B. zwischen einem Koray der Assistentinnen entnehmen lässt und einem Keser der schon teilweise als Godfather of the Hariline gilt, weil er nicht alle operiert, nochmal weitere Unterschiede gibt will ich nicht bestreiten.

Gute Fotos machen und dann denen schicken, für ein Angebot.

Für OP wird Frisur auf 3mm gekürzt

Nimm \*mindestes\* 2 Wochen für Wundheilung Urlaub.

Mach es im Winter, weil schwitzen und Sonne ist nicht gut. + man kann Mütze aufsetzen.

-> schon vorher die Haare kurz tragen und dann auch Mütze aufsetzen innen, dann gewöhnen sich Mitmenschen dran

1 Woche vorher kein Aspirin oder Ähnliches.

OP ist mehrere Tage. Empfehlung ist auch noch 2 Tage dort zu bleiben nachher.

Nackenhörnchen polster mitnehmen, weil man nicht auf Grafts schlafen soll.

Es tut schon weh. Kleidung mitnehmen die man nicht über Kopf ziehen muss (Hemd, Jackerl).

Nach op:

Der Grind muss so schnell wie möglich runter, dafür heißt's nach der OP 2 mal täglich mit nem sensitiven, pH neutralen Shampoo (ich z.B. bekam Seba-Med Everyday Shampoo vom Arzt) vorsichtig Haare waschen (erste Waschung nimmt i.d.R. der Arzt vor). Das Entnahmegebiet solltet ihr zur besseren Heilung versuchen feucht zu halten, dafür reicht ne einfache Bodylotion (ich hatte Bepanthen Bodylotion von Bayer) ihr könnt aber auch z.B. Aloe-Vera nehmen. Fürs Transplantationsgebiet bekam ich vom Arzt ne antiseptische Salbe die ich nachm Haarewaschen auftrug und danach mit ner Mullbinde wieder entfernte um die Krusten mit runter zu bekommen. Mein Arzt gab mir zusätzlich noch Aspirin (100mg) als Blutverdünner für den ersten Monat zum besseren Anwachsen mit

Was wann?

- Es kann direkt für den Heimflug ne Basecap vorsichtig übergezogen werden
- die Schwellungen sollten spätestens nach 10 Tagen weg sein
- Nach 5 bis spätestens 10 Tagen sollten alle Krusten runter sein, je schneller desto besser für die Grafts
- Die eingepflanzten Grafts sind laut meinem Arzt nach 5-6 Tagen (laut Forum nach 14 Tagen) bombensicher
- nach 2-3 Wochen kann wieder leichter Sport betrieben werden (joggen, Rad fahren)
- nach 20 Tagen kann wieder Minox verwendet werden
- schwere Anstrengung wie Krafttraining oder Fußball muss 4 Wochen pausieren
- Schwimmbad (Chloroform) & Sonne, sowie Haarteule ebenfalls 1 Monat tabu
- nach 1 Monat können die Haare auch wieder mit dem normalen Shampoo gewaschen

Nach ca. 2-6 Wochen fallen die meisten transplantierten Grafts von selbst wieder aus, dies ist kein Behandlungsfehler sondern auf den zwischenzeitlichen Sauerstoffmangel zurückzuführen. Ab 3 Monate kann man sich dann Hoffnung auf Neuwuchs machen, wobei es so richtig erst ab 6 Monaten beginnt. Das Endresultat kann nach 12-15 Monaten betrachtet werden. Vereinzelt können Pickel entstehen, da eingesetzte Grafts nicht die richtige Wuchsrichtung nehmen. Diese können mit einer sterilen Nadel aufgestochen werden. Die Grafts fallen nicht nach irgendeinem System aus oder Wachsen dementsprechend an. Wenn man viel machen lassen empfehle ich daher erstmal weiterhin ne Kurzhaarfrisur um nicht wie ein grupptes Huhn auszusehen. Die Rötungen sind ein großes Problem die ganz individuell abklingen. Bei einigen sieht man bereits nach 10 Tagen nix mehr (dunkle Hauttypen haben Vorteile), andere haben bis zu 3 Monate Probleme damit zu tun. Gegen diese Rötungen kann ich Aloe Vera empfehlen. Geheimtipp hierfür soll Dr. Keser sein bei dem die Rötungen oft deutlich schneller abklingen als bei anderen Ärzten (keine Ahnung obs stimmt und wieso).

[https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/m/99071/#msg\\_99071](https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/m/99071/#msg_99071)

das "Phänomen", dass transplantierte Haare nach Jahren wieder ausfallen ist gar kein Phänomen sondern leicht erklärbar:

Was (leider) viele Ärzte bei der Donormessung "vergessen", ist auf die Miniaturisierung der Haare zu achten. Verpflanzt man miniaturisierte Haare, so ist die Wahrscheinlichkeit gross, dass diese Haare früher oder später ausfallen.

Eine Miniaturisierung bis zu 10% gilt als normal und der Arzt entnimmt praktisch um die miniaturisierten Haare und vermeidet so, dass die verpflanzten Haare im Empfängerbereich wieder ausfallen.

[https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/mv/msg/661/#msg\\_7652](https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/mv/msg/661/#msg_7652)

Direkt nach einer HT schaut man eigentlich ganz normal aus.

Man ist sicher nicht mehr so fit, aber direkt am aussehen ändert sich zunächst nichts.

Dann ab dem 2-3 Tag beginnen die Schwellungen los zu legen.

Zu erst beginnt es im Stirn bereich, und dann läuft es langsam in die schläfen runter.

Man schaut echt wie ein BOXER aus, der gerade seine übelste niederlage hinter sich hat

Aber es ist alles halb so wild, denn bereits nach 5-7 Tagen nach der OP hat man alles hinter sich.

dem kann ich überhaupt nicht zustimmen...an mir ist dieser kelch vorbei gegangen.. (gott sei dank) ich hatte noch nicht einmal den ansatz einer schwellung!

evtl. liegt es an dem fest sitzenden stirnband, welches ich für 3-4 tage anch der op tragen sollte, damit eine evtl. schwellung nicht in den augernbereich runter rutscht...wenn, dann hat das ding seinen zweck erfüllt...frage mich, warum das andere kliniken nicht anbieten?

Ich hab auch überhaupt keine Schwellungen gehabt,warschnlich wegen den Tabletten die ich nach dem Eingriff bekommen habe

...lass mich raten: decortin..also cortison..

Tag 1 2 ST,Tag 2 2 ST, Tag 3 1 ST,Tag 4 1/2 ST ,Tag 5 1/2 ST

[https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/mv/msg/10786/#msg\\_124486](https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/mv/msg/10786/#msg_124486)

5 Tage nach OP: mit Nackenkissen auf Rücken schlafen, und Polster so dass man sich nicht umdrehen kann im Schlaf?

Wohl auch schon vorher, um zu sehen ob es eh klappt

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Mon, 12 Jun 2017 00:28:11 GMT

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

---

34 Jahre alt

Haarausfallmuster HN wohl 2-3 (siehe Fotos)

Keine Medikamente

Ziel: Hmm.. weniger Geheimratsecken; bisserl hinter dem Haaransatz in der vorderen Mitte ist lichtetes Haar, weiß nicht wie gut man da was machen kann.

Momentaner Stand:

- Gerade Preisübersicht der 'empfohleneren/bekannteren' Ärzte angeschaut  
[https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/mv/msg/7376/#msg\\_109914](https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/mv/msg/7376/#msg_109914)

der einzige mit Mikromotor ist mir aufgrund des Preises derzeit am attraktivsten, Demirsoy Türkei

- Es gibt entweder händisch oder Mikromotor, oder?  
Das sind die 2 grundsätzlichen Möglichkeiten. Mikromotoren sind die letzten 5 Jahre nicht besser geworden?

- Wie viele Grafts brauche ich wohl etwa, nur als Größenordnung, weil ich habe keine Ahnung

Fotos:

[https://www.dropbox.com/sh/ha92ptaaak1hzk0/AAB9A6vCSr\\_qBe9PK0BbciCua?dl=0](https://www.dropbox.com/sh/ha92ptaaak1hzk0/AAB9A6vCSr_qBe9PK0BbciCua?dl=0)

Next steps:

- Erfahrungsberichte mal von Demirsoy, Türkei (Istanbul) durchlesen

- rausfinden wo man Voruntersuchungen Dichtemessungen, Donormangement, Minituarisierung abchecken macht

- hab Demirsoy mal auf seiner Seite im Formular Fotos von mir geschickt, er schickt wohl mal Kostenvoranschlag

## File Attachments

1) [profilb unter 2mb.jpg](#), downloaded 765 times



Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Wed, 14 Jun 2017 00:55:18 GMT

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

---

Ok..

- Geheimratsecken auffüllen ist wohl das eine
- lichtetes Haar in vorne-Mitte auffüllen ist wohl das andere

Hm. Witzig dass meine Haare mittig ganz-vorne noch da sind - gut, dass ist wohl eh das gängige Ausfall-Muster.

Diese Haare ganz vorne werden wohl auch mal weggehen..

Hm..

Also Geheimratsecken etwas auffüllen und lichte Mitte etwas auffüllen.

Wenn dann Haare in der Mitte und vorne ausfallen, dann habe ich halt lichtetes Haar in der Mitte. Dann könnte ich (zb in 10 Jahren oder so) eine 2te HT machen die vielleicht die Mitte nochmal auffüllt und Haarlinie wieder etwas nach vor setzt. (?)

Ist 'lichtes Haar auffüllen' um einiges schwieriger als wenn da keine Haare sind? Dr Demirsoy kann das wohl fein (?)

Todo:

- Demirsoy Berichte anschauen

<https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/f/31/>

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Wed, 14 Jun 2017 23:26:13 GMT

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

---

Ok, habe was von Dr Demirsoy zurückbekommen. Eine schöne PDF mit allen Infos. Sehr fein und übersichtlich.

Der Arzt hat geschätzt, dass 3000-3200 Grafts benötigt werden.

Dementsprechend entsteht ein Gesamt-Behandlungspreis 3750-4000 Euro (3000-3200 x 1,25 Euro).

(+ hotel und flug = 4400 eur so)

Hm.

Jetzt doch noch kurze Pause ob es mir 4400 eur wert ist.

---

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Wed, 21 Jun 2017 01:33:54 GMT

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

---

Zeitplan:

- haarberater hier aufsuchen? dichtemessung machen?
- foto von papa machen, fotos von großväter finden, fotos von onkel s -> dass denen vorher noch schicken
- minox und finisterid checken wie viel ich habe, evtl kaufen
- weiteres Zeugs kaufen was ich brauche (siehe 'mitnehmen' unten)
  
- 3 Wochen vorher: immer selber Beanie aufsetzen, dass sich Leute daran gewöhnen und ich a und dass dann bis zum Sommer tragen, mit Minox aufhören
- 1 Woche vorher: kein Aspirin oder Ähnliches
- ab OP keine körperliche Anstrengung und kein Krafttraining, nix wo man sich irgendwie Kopf anhauen kann, nur auf Rücken schlafen (mit Gürtel und Polster garantieren), kein Schwimmbad, keine Sonne auf Kopf, kein Brausestrahl beim duschen (Dusche richtung oben halten und nur ganz wenig aufdrehen), nur Spezialshampoo, ab jetzt gibt es Rötungen
- 2 Tage später Schwellungen in Stirn, dann Schläfen (Stirnband nehmen für Verringerung Schwellungen im Stirnbereich?)
- 5-7 Tage später verschwinden Schwellungen
- 5-10 Tage später Krusten herunter spätestens
- bis 14 Tage später nicht Kopf wo anstoßen und nur auf Rücken schlafen, danach sind Haare sicher
- nach 2-6 Wochen fallen fast alle transplantierten Haare wieder aus und wachsen ungleichmäßig nach
- nach 3 wochen wieder leichter Sport möglich und Minox auf Bereich der eingesetzten Haare verwenden (nicht Donorbereich), Rötungen zu Ende
- nach 1 Monat wieder Krafttraining, Sonne, Schwimmbad, normales shampoo
- nach 3 Monaten fängt es an zu wachsen, Ende der Rötungen
- nach 6 Monaten ist schon fast alles da
- nach 15 Monaten Endzustand

Mitnehmen:

Nackenhörnchen Polster

Hemden die man nicht über Kopf ziehen muss

Jackerl wo dasselbe ist

[nachfrage läuft: Seba-Med Everyday Shampoo vom arzt

Bepanthen Bodylotion

Aloe Vera Creme (für Rötungen)

festes Stirnband

Gürtel

Bandana mit den Maßen 60 x 60 cm



Kommentare immer willkommen, Dank

---

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Sat, 23 Dec 2017 23:05:58 GMT

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

---

Jup, habs gemacht, fein

3072 grafts

Heute erste Wäsche

Bilder:

<https://imgur.com/a/UVoC8>

Bezüglich täglicher Wäsche mit Spezialshampoo:

Meine Dusche kann nicht sanft strahlen.

Ich habe jetzt mit Hand Wasser genommen und drübereinnen lassen.

Morgen werde ich es so machen:

- In Dusche
  - In kleiner plastikflasche lauwarmes Wasser und shampoo einfüllen - und mischen
  - Kopf nach oben und von vorne nach hinten drübereinnen lassen
  - Shampoo nehmen und im Entnahmebereich noch etwas gründlicher waschen, dort Shampoo sanft bissi einreiben
  - Lauwarmes Wasser in Plastikflasche, Kopf nach oben und Wasser aus Flasche von vorne nach hinten drübereinnen lassen
  - Lufttrocknen lassen
- 

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Sun, 24 Dec 2017 11:02:52 GMT

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

---

Tag 3 nach der OP

ich dachte 'wozu Stirnband, lass der Schwellung halt freien Lauf, ist mir doch egal!'

Jetzt sind meine Augen zugeschwollen, ich seh nicht mehr so gut und schau absolut schräg aus zu Weihnachten

---

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [daniel91](#) on Sun, 24 Dec 2017 12:05:27 GMT

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

---

Sehr schön zu lesen, genau mein Stil  
Happy Growing und schöne Weihnachten,  
Falls du das mit deinen Augen überhaupt noch lesen kannst

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Sun, 24 Dec 2017 12:27:14 GMT

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

---

ps  
Hier immer alle Bilder, auch vom Auge: <https://imgur.com/a/UVoC8>

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Mon, 25 Dec 2017 13:57:11 GMT

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

---

Neues Bild von Tag 3: <https://imgur.com/a/UVoC8>

Es tut etwas weh seit der op, also wohl Entnahmbereich. Wie lange tut es wohl weh?

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Sat, 06 Jan 2018 13:39:08 GMT

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

---

Neue Bilder:  
<https://imgur.com/a/UVoC8>

Tag 17: Viele Schuppen und Haare gehen mir aus. Ist normal goi, die Haarwurzeln bleiben ja schon drinnen.

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Wed, 17 Jan 2018 11:26:50 GMT

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

---

Habe einen neuen Thread mit neuen Bildern hier gemacht:  
[https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/m/131189/#msg\\_131189](https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/m/131189/#msg_131189)

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Tue, 23 Jan 2018 23:02:32 GMT

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

---

Hier Bilder von den ersten 5 Wochen:

<https://imgur.com/a/UVoC8>

Vielleicht schreibt mir irgendwer mal zurück der das schon durchgemacht hat

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [Grafty](#) on Tue, 23 Jan 2018 23:06:56 GMT

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

---

Sieht alles normal und on track aus bei Dir. Willkommen in der ugly duckly phase. Augen zu und durch .

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Tue, 23 Jan 2018 23:15:25 GMT

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

---

Daank

Sollt wissen dass es normal ist, aber ist immer schön zu hören

Ich renn immer mit Haube herum, auch innen, im Winter gehts ja etwa, aber Leute fragen schon, ich sagte mal ich hab mich verschnitten selber

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [\\_Mario](#) on Wed, 24 Jan 2018 04:42:15 GMT

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

---

Blöde Zeit grad.

---

---

Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Sun, 18 Feb 2018 22:46:01 GMT

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

---

Woche 8

Alle Bilder seit Beginn:

<https://imgur.com/a/UVoC8>

### File Attachments

---

1) [2018-02-10 18.28.50.jpg](#), downloaded 336 times



Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Sun, 18 Mar 2018 08:11:30 GMT

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

---

2.5 Monate: Ist es normal dass es noch immer schlechter aussieht als vor der Haartransplantation?

alle meine Bilder chronologisch:

<https://imgur.com/a/UVoC8>

### File Attachments

---

1) [20180309\\_011504\\_klein.jpg](#), downloaded 401 times



Subject: Aw: Newb-Journal Haarverpflanzung (+Versuch Zusammenfassung für Newbies)

Posted by [HumanInspiration](#) on Sun, 22 Apr 2018 20:30:03 GMT

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

---

5 monate später:

Aber war mit viel blitz.

Von vorne schaut es schon ganz gut aus.

Hier alle Bilder:

<https://imgur.com/a/UVoC8>

Ich denk die Haarline hätt bissi weiter runter sein sollen, hm.

---