
Subject: Pflege nach OP

Posted by [Alosh](#) on Tue, 27 Feb 2018 14:48:29 GMT

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

Hi Leute, ich bin selber knapp drei Wochen Post OP.

Jetzt stellt sich mir die Frage, ob man seiner Kopfhaut auch zu viel "Gutes" tun kann und dadurch eher schädigt?

Aktuell Trage ich ein Aloe Vera-Gel auf, 3-4 Mal am Tag. Außerdem lasse ich meinen Kopf ca. 30-45 Min mit Kokosöl einwirken. Danach wasche ich weiterhin meinen Kopf mit dem empfohlenen Shampoo der Klinik.

Ist das zu viel des Guten oder kann man diese Produkten gar nicht oft genug anwenden?

Mfg

Alosh

Subject: Aw: Pflege nach OP

Posted by [_Mario](#) on Wed, 28 Feb 2018 12:05:56 GMT

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

Frag am besten in deiner Klinik nach.

Meiner Meinung nach (wenn das Aloe Vera Gel hochkonzentriert ist und wenig/keinen Alkohol enthält) sollte das OK sein.

Ich persönlich würde das Aloe Vera Gel nur dann nehmen, wenn ich zu trockener Kopfhaut neige.

Das mit dem Kokosöl (soll antiseptisch wirken) habe ich schon öfters hier gelesen, 45 min / Tag können aber nicht schaden.

Subject: Aw: Pflege nach OP

Posted by [Alosh](#) on Thu, 01 Mar 2018 13:47:32 GMT

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

Danke dir Mario,

werde mich mal schlau machen.

Subject: Aw: Pflege nach OP

Posted by [robstar](#) on Mon, 12 Mar 2018 16:38:59 GMT

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

Hallo !

Ich bin jetzt auch 2 Wochen Post-OP.

Hatte in der ersten Woche Probleme mit dem Entnahmebereich. Ich vermute, dass sich dieser entzündet hat. Mein Arzt aus der Türkei empfahl mir, dass ich mir entzündungshemmende Medikamente verschreiben lassen sollte. Parallel zu meiner Anfrage habe ich mir eine Tasse Kamillentee (mit zwei Beuteln) gekocht und den Tee in einen Zerstäuber gefüllt und die betroffene Stelle eingesprüht. Nach zwei Tagen war die Sache erledigt - ganz ohne Chemie. Dem verbleibenden Tasseninhalt habe ich noch auf den Empfängerbereich versprüht, um das Abheilen der Rötungen ein wenig positiv zu beeinflussen.

Dann habe ich mich an meine "Haarausfall-Zeit" erinnert. Seinerzeit habe ich viel dazu gelesen, was den Haarausfall aufhalten soll. Eine vergleichsweise starke Wirkung wurde der Brennessel nachgesagt. Also habe ich jetzt noch eine Tasse Brennesseltee gekocht und sprühe den Empfangsbereich ein um den transplantierten Haaren ein wenig Starthilfe zu geben.

Brennessel enthält organische Säuren und Mineralstoffe wie Kalium, Kalzium und Eisen. Allerdings ist ihr Inhalt von Vitaminen ihre wichtigste Eigenschaft. Brennessel enthält, u.a., Vitamin B1, B12, B5, C, D und E.

Haltet ihr das für eine gute oder eher schlechte Idee ?
Stört das die verpflanzten Grafts möglicherweise mehr, als dass es ihnen gut tut ?

Googelt man Brennessel in Verbindung mit Haaren, kommen massig viele Ergebnisse raus, die eine positive Wirkung bescheinigen. Jedoch sind diese Berichte immer unabhängig von einer Haartransplantation. Daher weiss ich nicht, ob hier der Fall "gut gemeint, schlecht gemacht" eintreten könnte.

Ärzte fragen bringt an der Stelle nix. Die haben keine Ahnung von der Wirkung von Brennessen und können da grundsätzlich nichts zu sagen. Mein Arzt meint "Bepanthenol Bodylotion reicht". "Reicht" heisst aber eben nicht, dass man es nicht doch noch besser machen kann...

Ach ja. Zudem frühstücke ich seit einer Woche einen Mix aus Hafer- und Hirseflocken. Beides soll ebenfalls positive Wirkungen auf Haare haben, aufgrund ihres hohen Anteils an B-Vitaminen.

Da die Anwuchsrate nie bei 100% liegt, hoffe ich diese mit diesen Maßnahmen dennoch so hoch wie möglich halten zu können.

Was meint ihr ?

Subject: Aw: Pflege nach OP
Posted by [_Mario](#) on Mon, 12 Mar 2018 19:56:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@robstar: das mit dem Kamillentee zerstäuben ist eine gute Idee, auch eine generell gesunde Ernährung.

Rauchen und Alkohol sind natürlich generell Gift, 1 oder 2 Bier wird nicht schaden, würde mich aber zumindest die ersten 2 Wochen Post OP nicht zuschütten.

Ich bin mir nicht sicher, ob alle die positiven Eigenschaften der Brennnessel im Brennnessel-Tee enthalten sind. Vermutlich wäre eine Tinktur aus Brennesselextrakt zielführender. Allerdings würde ich auch nicht zu viel experimentieren in der Anfangsphase...

Generell alles, was entzündungshemmend ist - denke ich - ist empfehlenswert.

Ingwer z. B. oder auch Zink.

In der ersten Zeit z. B. täglich eine Ibuprofen (entzündungshemmend) kann auch nicht schaden...

Ich persönlich schwöre bei NEM ganzjährig auf L-Arginin bzw. L-Citrullin - verbessert die Durchblutung und Sauerstoffversorgung der Blutgefäße --> Haarwurzeln brauchen Sauerstoff durch Blut, nicht von außen

Außerdem Omega-3-Fettsäuren (Fischölkapseln).

Inwieweit man damit die Anwuchsrate erhöht ist fraglich - dem Körper Schaden wird es aber zumindest nicht