

---

Subject: 1.5 monate post op  
Posted by [eddy58](#) on Sun, 25 Mar 2018 07:54:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo liebe leute,

ich bin jetzt genau 1.5 monate post op und habe einige fragen.sie mögen für vl absurd klingen aber für mich ist das wichtig und zwar:

1)kann man sich schon nach 1.5 monaten in verrauchten räumen aufhalten (zb. ein Kaffeehaus für 4 std)?

2)kann ich jetzt wieder sport machen inkl.kkrafttraining?

3)gestern habe ich mich über eine situation sehr aufgergt kann das jetzt noch einen negativen effekt auf die grafts haben?

mfg

---

---

Subject: Aw: 1.5 monate post op  
Posted by [steveo282](#) on Sun, 25 Mar 2018 08:27:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi,

frag 10 Leute und du kriegst 10 unterschiedliche Antworten  
Daher ist immer da beste sich an die Anweisungen seiner Klinik zu halten und diese im Zweifelsfall zu fragen.

Meiner Meinung nach kannst du

1) dich problemlos in verrauchten Räumen aufhalten (würde das aber persönlich nicht allzuoft und allzulang aushalten)

2) Sport auch Krafttraining betreiben (bei Kontaktsport bzw. Sport der zu stärkerer Einwirkung auf den Kopf insbes. Empfänger führt würde ich allerdings aufpassen).

3) Stress und Aufregung wenn es nicht chronisch ist sollte keine Auswirkung haben.

---

---

Subject: Aw: 1.5 monate post op  
Posted by [frab1412](#) on Thu, 29 Mar 2018 14:49:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Man sagt, nach ca. 4 bist Du definitiv safe für alles.

---

---

Subject: Aw: 1.5 monate post op  
Posted by [Alexander1988](#) on Thu, 29 Mar 2018 15:23:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

haha manche User übertreiben wohl gerne aus Langeweile...

also nach 6 - 8 wochen alles erlaubt

---

Subject: Aw: 1.5 monate post op  
Posted by [einstein](#) on Thu, 29 Mar 2018 16:47:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

jeder menschliche organismus ist äußerst komplex. dementsprechend verläuft auch jeder heilungsprozess unterschiedlich. denn dieser ist multifaktoriell und hängt sehr stark auch von deinem eigenen gesundheitszustand bzw. deiner lebenseinstellung ab.

nur mal so ein kleines beispiel aus einem anderen, zahnmedizinischen bereich:

solltest du mal in den "genuss" kommen / oder gekommen sein, dir ein implantat setzen zu lassen, dann heisst es laut aussage von den spezialisten, dass üblicherweise der einheilungsprozess in 3 monaten abgeschlossen ist.

wenn du aber z.b. raucher bist, sieht die ganze sache schon ganz anders aus. denn das inhalierte und damit im ganzen körper angesammelte nikotin hat ziemliche auswirkungen auf deinen blutkreislauf. und das hat wiederum ziemliche auswirkungen auf deine knochen, auf deinen heilungsverlauf.

jetzt wenn du zusätzlich noch an diabetes leidest oder dazu neigst, weil du nun mal nicht ohne süsses leben kannst, tja, dann sinken die wahrscheinlichkeiten mit den 3 monaten noch mal ganz gewaltig. statistisch gesehen...

von daher ist mein fazit:

100%ige garantien gerade im zusammenhang mit uns menschen und unserer gesundheit gibts nich. stattdessen würde ich eher von wahrscheinlichkeiten reden:

wenn du einen ausgewogenen, gesunden lebensstil pflegst und dazu deine täglichen gifte gerade im gesamten heilungs- und wachstumsprozess auf ein absolutes minimum reduzierst, dann ist die wahrscheinlichkeit am größten, dass bei dir nach 6-8 wochen die grafts so wie üblich fest anwachsen und danach so wie üblich weiterwachsen.

---