
Subject: checkliste nach ht für heilungsprozess
Posted by [kailus87](#) on Thu, 19 Jul 2018 07:21:36 GMT

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

ich werde mich am 13.8 einer ht unterziehen und wollte mal von Erfahrungen profitieren wie ihr die Heilung begünstigt. ich weiß das hier und da schon drüber geschrieben wurde. würde mich aber freuen es nochmal geballt hier zu lesen.
gemacht wird eine geheimratsecken auffüllung und evtl eine kleine Stelle am Hinterkopf ohne vollrasur.

Subject: Aw: checkliste nach ht für heilungsprozess
Posted by [baggerschaukel999](#) on Thu, 19 Jul 2018 08:13:16 GMT

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

Am besten sprichst du mit dem Arzt, der die Behandlung durchführt. Das Verhalten nach der OP sollte man sich vor der OP bewusst machen und sich aufklären lassen.

Subject: Aw: checkliste nach ht für heilungsprozess
Posted by [kailus87](#) on Thu, 19 Jul 2018 08:15:43 GMT

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

das ist mir schon klar , nur gibt es nicht auf Erfahrungen die gemacht wurden;)?

Subject: Aw: checkliste nach ht für heilungsprozess
Posted by [Kyniker](#) on Thu, 19 Jul 2018 08:54:16 GMT

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

Du wirst sicher ein Post-Op Kid mitbekommen. Ansonsten ist IMO weniger mehr. Das heißt vor allem in den ersten Tagen viel Ruhe, generell viel Wasser und Tee, kein Alkohol, entsprechende Ernährung (eigentlich immer) mit Gemüse, Obst, Nüssen, Vollkornprodukte, Knoblauch, Bio-Eier... Spaziergänge im Wald etc.
