
Subject: Diverse Fragen bzgl. anstehender HT
Posted by [CeCa](#) on Wed, 10 Nov 2021 08:44:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo zusammen,

ich habe bald meinen HT Termin. Daher ein paar Fragen;

- habt ihr Empfehlungen um den Heilungsprozess zu beschleunigen/verbessern? Manche nutzen hier ja Aleovera Gel, oder Heilerde.

- Habt ihr nach der HT mit Nackenkissen geschlafen?
Teilweise haben manche ja sogar im sitzen geschlafen.

- Ich habe im Winter trockene Kopfhaut, in den GHE fettet es aber relativ schnell. Wasche täglich meine Haare mit Criniton die Haare. Inwiefern kann ich das nach der HT nutzen, weiß das zufällig jemand?

Subject: Aw: Diverse Fragen bzgl. anstehender HT
Posted by [Trevor Philips](#) on Wed, 10 Nov 2021 11:59:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Am Ende sollte dir der Arzt sagen, was das Beste für dich ist.

Meine Empfehlungen: Nicht am Kopf kratzen, auch wenn es juckt. ;)

Ich hab nen recht entspannten Heilungsprozess gehabt. Nach zwei tagen das erste Mal den Kopf gewaschen, Narbengel genutzt und mehrmals am Tag Thermalwasser benutzt. Nach 7 Tagen waren dann optisch alles wieder soweit in Ordnung. Siehe mein Thread.

Subject: Aw: Diverse Fragen bzgl. anstehender HT
Posted by [2Pac1887](#) on Thu, 11 Nov 2021 22:37:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Moin mein lieber!

Also ich war bei Elithair und Istanbul und dort habe ich mir auch meine pflegeprodukte gekauft. Die haben einen sehr guten Shop!

Ich persönlich verwende Aloe und das Hairserum gegen Haarausfall. Sehr angenehm!
Auf dem nackenkissen habe ich nur die ersten Tage geschlafen. Danach nicht mehr.
Lg Timo

Subject: Aw: Diverse Fragen bzgl. anstehender HT

Posted by [SunnyGarcia](#) on Fri, 12 Nov 2021 09:20:24 GMT

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

Nackenkissen ist ganz wichtig! Unbedingt vorher 2-3 testen und ein gutes anschaffen,

Die erste Nacht nach der HT habe ich im Sitzen geschlafen. Danach für weitere 9 Tage auf dem Sofa auf dem Rücken, so dass ich mich nicht groß zur Seite drehen konnte.

Das hört sich anstrengend an, man gewöhnt sich aber schnell dran. Die Grafts sind in den ersten Tagen unfassbar empfindlich. Die reicht ein leichtes Stoßen oder Kratzen, um Grafts zu beschädigen. Daher 2 Wochen absolute Ruhe einplanen. Diese Mühen werden sich später auszahlen;)

Wünsche dir viel Erfolg und eine gute Heilung.

Subject: Aw: Diverse Fragen bzgl. anstehender HT

Posted by [Nemomemo](#) on Fri, 12 Nov 2021 09:25:42 GMT

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

Meine Güte ,

Meiner Meinung ersten 4 Tage Rücken oder seitlich schlaffen

Reicht aus deine klinik wird dir schon was richtig ist sagen

Subject: Aw: Diverse Fragen bzgl. anstehender HT

Posted by [SunnyGarcia](#) on Sat, 13 Nov 2021 15:18:54 GMT

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

Nemomemo schrieb am Fr, 12 November 2021 10:25Meine Güte ,

Meiner Meinung ersten 4 Tage Rücken oder seitlich schlaffen

Reicht aus deine klinik wird dir schon was richtig ist sagen

Diese Meinung kannst du gerne haben, aber kennst dich offensichtlich nicht besonders aus. Jeder halbwegs seriöse Arzt wird dazu raten, die ersten 7 Tage gerade nicht auf dem Bauch oder auf der Seite zu schlafen, da die Grafts sonst Bett/Kopfkissen berühren.

Subject: Aw: Diverse Fragen bzgl. anstehender HT

Posted by [Degen](#) on Sun, 14 Nov 2021 15:07:12 GMT

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

Die ersten Tage sind die wichtigsten, nach 3 bis 4 Tagen sind die Grafts relativ sicher. Ich habe trotzdem über eine Woche mit dem Nackenkissen geschlafen. Die ersten Tage mit einem Kissenturm also quasi halb im Sitzen und den dann nach und nach reduziert.

Subject: Aw: Diverse Fragen bzgl. anstehender HT
Posted by [CeCa](#) on Mon, 15 Nov 2021 16:18:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für die zahlreichen Antworten.

Sollte ich meinen Empfangsbereich regelmäßig befeuchten?

Mit welchem Shampoo habt ihr die Haare gewaschen?

Subject: Aw: Diverse Fragen bzgl. anstehender HT
Posted by [Degen](#) on Mon, 15 Nov 2021 17:56:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Normalerweise gibt dir dein Arzt Shampoo mit, viele nutzen Sebamed. Auch zum Thema Befeuchten solltest du deinen Arzt fragen, manche sind dafür (mit Kochsalzlösung sprühen), andere raten ab.
