

---

Subject: Die kleine Strip-Narben-Schule

Posted by [tryout](#) on Fri, 07 Nov 2008 14:07:33 GMT

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

---

Nachfolgend findet Ihr einen Thread von Dr. Lindsey aus einem britischen Forum, der sehr anschaulich verdeutlicht, wie sich Narben entwickeln, was das kritische Zeitfenster der Narbenausbildung ist und welche Technik er bei Narbenkorrekturen anwendet, um ein Stretchen zu verhindern. Unter anderem das Spritzen von Steroiden in die Narbe. Ich fand's sehr interessant. Dr. Lindsey ist plastischer Chirurg. Seine Spezialgebiete sind Liftings und Haartransplantationen. Beide Themenfelder korrespondieren miteinander, wenn es um den Bereich "Narbe" geht. Er hat Jahre seines Lebens mit Studien über die Narbenbildung verbracht und hat mit diesen Studien diverse Preise gewonnen. Ich denke also, wir sollten lesen, was er zu sagen hat.

[http://www.pb-hair.co.uk/forums/view\\_topic.php?id=1222&forum\\_id=24&highlight=Dr.+Lindsey](http://www.pb-hair.co.uk/forums/view_topic.php?id=1222&forum_id=24&highlight=Dr.+Lindsey)

---

---

Subject: Re: Die kleine Strip-Narben-Schule

Posted by [NW5a](#) on Fri, 07 Nov 2008 16:09:36 GMT

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

---

Sehr interessant! Welche Technik nutzt Rahal, da seine Narben auch immer sehr fein sind?

---

---

Subject: Re: Die kleine Strip-Narben-Schule

Posted by [tryout](#) on Fri, 07 Nov 2008 19:44:38 GMT

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

---

Jedenfalls keine Zwei-Fäden-Technik. Er hat mit dem Zeigefinger nur viele Kringel in die Luft gemalt, als ich ihn gefragt habe wie er meine gestreckten Bereiche vernähen will. So als wollte er mir zeigen wie er einen Faden auf eine Spule dreht.

Vielleicht wollte er es nicht verraten. Auf jeden Fall habe ich null Discomfort und die ganze Sache ist extrem stabil sowie krusten- und blutfrei. Eine Sicherheit für eine Top-Narbe gibt mir das dennoch nicht. Rahl hat heute lediglich wiederholt seine Hoffnung geäußert, dass es nicht stretcht. Wissen könne man das bei einer Narbenkorrektur allerdings nie. Bislang sieht es gut aus, aber was sagt das schon...

Hier ein Foto der Narbe, Tag 4 (ist schon wieder bewaldetes Gebiet )

---

### File Attachments

1) [dasdasd.jpg](#), downloaded 706 times

---



---

Subject: Re: Die kleine Strip-Narben-Schule  
Posted by [NW5a](#) on Fri, 07 Nov 2008 20:02:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sieht doch gut aus Noch ...

Soweit ich mich an meine Naht erinnere, hat Heitmann eine tiefere Schicht in Etappen genäht und dann nochmal oberflächlich als Ganzes. Meine Frau hat die Fäden entfernt und meinte, daß es 2 unterschiedlich vernäht wurde und auch entsprechend anders gezogen werden musste.

---

Subject: Re: Die kleine Strip-Narben-Schule  
Posted by [tryout](#) on Fri, 07 Nov 2008 20:10:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sieht bei mir aber doch ganz normal vernäht aus, oder?

---

Subject: Re: Die kleine Strip-Narben-Schule  
Posted by [tryout](#) on Sat, 08 Nov 2008 21:22:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Habe ich von der Domain eines Schweizer Chirurgen:

- Zugkräfte vermeiden: vernähte Wundränder stehen, besonders nach Exzision (=Ausschneiden) von Gewebe, stets unter Zugkräften. Diese Spannung zieht die Narbe in die Breite.

- Druckmassage: Jede Narbe durchläuft eine entzündliche Phase mit Schwellung und Rötung, die nach zirka 6 Wochen das Maximum erreicht und langsam spontan wieder verschwindet. Gleichzeitig kann die Narbe knotig, hart und erhaben wirken. Zu diesem Zeitpunkt muss die Narbe mehrmals täglich durch kräftigen Druck flach massiert werden. Spezielle Narbensalben (zB. Kelimed- oder Gorgonium-Crème) unterstützen die Druckmassage. In hartnäckigen Fällen (zB. nach Verbrennungen oder bei Veranlagung zu überschüssender Narbenbildung) muss die Narbe über längere Zeit mit einer Silikon-Folie bedeckt werden (zB

Silastic-Gel oder Mepiform). Seltener ist das Tragen eines massgefertigten Druckanzuges, welcher einen andauernden und gleichmässigen Druck auf die Narbe ausübt, nötig.

- Vor Sonnenlicht schützen: Sonnenlicht oder Solarien vermögen junge Narben bleibend dunkel zu pigmentieren. Die Narben müssen also, solange sie noch gerötet sind, abgedeckt werden (Verband oder totaler Sonnenblocker, Faktor 16).

- Wappnen Sie sich mit Geduld! Die Narbenheilung dauert viele Monate. Narben unter Spannung, über Gelenken oder bei Verbrennungen brauchen mindestens ein Jahr bis zum Ablassen und Weichwerden. Während dieser Zeit verschwinden auch der lästige Juckreiz und das gelegentlich gestörte Empfinden im Narbengebiet.

---

Subject: Re: Die kleine Strip-Narben-Schule  
Posted by [tryout](#) on Sat, 08 Nov 2008 21:31:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Vin einer anderen Page:

Wie bekommt man "schöne" Narben?

Wer einige einfache Regeln beachtet, kann der Entstehung hässlicher Narben vorbeugen:

Die Ränder einer heilenden Wunde stehen immer unter Zugbelastung, die sie in die Breite zieht. Ein aufgeklebtes Pflaster kann die Wundränder entlasten und die Narbe schmal halten.

Zwei bis drei Wochen nach einer Operation sollte der Patient anfangen, die verschlossene Wunde zu massieren. Unterstützend kann er spezielle Salben oder Gele verwenden. Die Narbe wird dadurch weich und geschmeidig und das umliegende Gewebe besser durchblutet. Hier ist Geduld nötig. Häufig muss diese Behandlung bis zu einem halben Jahr lang fortgeführt werden.

Für frische Narben sind Sonnenbäder tabu. Denn durch die Sonneneinstrahlung bildet sich im nachwachsenden Gewebe zu viel Melanin, wodurch die Haut eine dauerhaft dunklere Pigmentierung erhält.

Narben werden durch Silikon-Gel flacher, weicher und glatter

Wenn die Narbe Neigung zu Wulst- oder Keloidbildung zeigt, kann auch Silikon (z.B. Dermatix®) helfen: Durch das Gel werden Narben oft sichtbar flacher, weicher und glatter. Silikon gehört zu den wenigen Produkten zur Narbenbehandlung, für die es ausreichend wissenschaftliche Belege gibt. Zu diesem Schluss kommt ein internationales Forscherteam in der Fachzeitschrift "Plastic and Reconstructive Surgery" (2002, 110) nach einer Analyse verschiedener Studien zur Narbenbehandlung.