
Subject: Solarium mit Mütze?

Posted by [peng](#) on Fri, 13 Mar 2009 23:40:44 GMT

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

Hallo Leute,

meine HT ist jetzt 2 Wochen her.

Sonne ist ja erst mal tabu, was ist aber, wenn ich ins Solarium gehe und ne Mütze aufziehe? Ich weiß jetzt nicht, ob ich nur direkte UV Bestrahlung von Transplantanten und Spenderzone fernhalten muss, oder ob nicht das SONNENLICHT noch andere negative Faktoren im Körper auslöst, welche schlecht für das HT Ergebnis sind.

Versteht mich nicht falsch, ich komme sehr gut ohne Solarium klar, das letzte Mal war ich vor 3 Jahren oder so, aber ich hab schlechte Laune, weil ich mich nach der OP von der Außenwelt abgeschottet habe und Krankheiten vorgebe, weil meine Frisur beschissen aussieht und brauch einfach mal was, um die Laune anzuheben bei diesem besch** Wetter

gr

Subject: Re: Solarium mit Mütze?

Posted by [Blue-Think](#) on Sat, 14 Mar 2009 12:01:09 GMT

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

Wenn du Bedenken hast, dann lasse es doch sein...Du warst die letzten 3 Jahre nicht, dann brauchst du es jetzt auch nicht. Macht dich nur älter Ich würde grundsätzlich nach einer HT in den nächsten 4-5 Monaten nicht ins Solarium gehen...Wie jetzt die Mütze vor den Strahlen schützen können, kann ich leider dazu nichts sagen...Aber das Risiko würde ich nicht eingehen wollen, gerade wenn die Bereiche noch rot und empfindlich sind...

Es gibst doch andere Möglichkeiten um gute Laune zu bekommen als das Solarium

Subject: Re: Solarium mit Mütze?

Posted by [Wolfsheart](#) on Sat, 14 Mar 2009 12:03:06 GMT

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

ich würde noch 2 wochen warten. Geh lieber kein Risiko ein.

Und Solarium mit Mütze? Naja da du dich ja eh verkrümelst und dich keiner sieht kannst du dich auch ruhig noch mit ungleichmäßiger Bräune entstellen lassen

Subject: Re: Solarium mit Mütze?

Posted by [eskay87](#) on Sat, 14 Mar 2009 13:28:42 GMT

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

iss schokolade soll ja auch helfen bei schlechter laune:d

Subject: Re: Solarium mit Mütze?

Posted by [Treblig](#) on Sat, 14 Mar 2009 13:33:55 GMT

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

vor allem ist das doch übelst warm mit Mütze! Da schwitzt man doch die Grafts raus!

Subject: Re: Solarium mit Mütze?

Posted by [Moses](#) on Sat, 14 Mar 2009 13:44:38 GMT

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

Hallo Peng,

Ich würde Ihnen empfehlen, dass Sie in den ersten 4 Monate direkte Sonneneinstrahlung, auch an einem bewölkten Sommertag vermeiden! Schützen Sie die Gebiete mit einer Kopfbedeckung (Hut oder Mütze).

Bis die Rötungen verschwunden sind, müssen Sie jeglichen Kontakt mit Sonne oder UV Strahlung meiden. Wechseln Sie z.B. Ihre Bettseite, falls Sie morgens von der Sonne überrascht werden

So stehts auch in unsere Post Op Anweisungen, und weniger Gedanken machen.

Viele Grüße

Halil Senguel

Subject: Re: Solarium mit Mütze?

Posted by [peng](#) on Sat, 14 Mar 2009 14:34:17 GMT

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

Hi

danke für die Ratschläge!

Naja Schokolade habe ich die letzten Tage mehr gegessen, als gut für mich ist

Nach einem Sonnenbad fühlt man sich einfach gut finde ich, soll ja Glückshormone ausschütten.

Na heute war das Wetter gar nicht mal so schlecht, ich hab mir meine Frisur so zurecht gekämmt, daß es halbwegs aussieht und war mal wieder unterwegs mit Freunden. Gleich gehts einem besser

Da ich sowieso seit Jahren meine Front durch Haare verdeckt hatte, werde ich diese Frisur beibehalten, bis die Haare größtenteils herausgekommen sind. Somit brauche ich keine Mütze, weil ich sehr dicke Haare habe und eh keine Sonne an die Grafts kommt.

Danke und schönes Wochenende

Subject: Re: Solarium mit Mütze?

Posted by [geheimecke](#) on Sat, 14 Mar 2009 17:01:54 GMT

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

Ist Sonne wirklich solange tabu nach einer HT?

Welchen Grund gibt es dafür?

Subject: Re: Solarium mit Mütze?

Posted by [Grünkreuz](#) on Sat, 14 Mar 2009 19:49:58 GMT

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

Und vorallem ist es doch bekannt, daß UV-Strahlung den Stoffwechsel und die Zellteilung der Haut anregt. In Maßen versteht sich.
