

---

Subject: Latexy-Übungen wozu?

Posted by [wiener39](#) on Wed, 11 Nov 2009 12:55:44 GMT

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

---

Hallo!

Ich habe im anfang februar nächsten jahres eine op bei hattingen-hair.....ca. 4.000 fus sind geplant

die hattinger haben mir geraten 2x täglich latexy-übungen machen....sie haben mir natürlich auch erklärt wozu dies gut sein soll.....leider hab ich den sinn überhaupt net verstanden und mir gedacht, es wird schon seinen sinn haben

Kann mir irgendjemand erklären, warum mehr grafts zu ernten sind, wenn man diese übungen konsequent macht??????

Wäre euch sehr dankbar für jede erklärung!

Liebe grüße

---

---

Subject: Re: Latexy-Übungen wozu?

Posted by [dakiha](#) on Wed, 11 Nov 2009 14:16:38 GMT

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

---

Ich habe es auf freiwilliger Basis ein paar Tage vor der Op getan.  
Dr Rahal hat es sofort bemerkt.

Durch die Dehnung der Kopfhaut kann man mehr Grafts abernten, weil der Streifen größer geworden ist.

Umso besser deine Laxity, desto besser wohl auch deine Chancen auf gute Narbenheilung.

<http://www.hassonandwong.com/hair-transplant-videos.php?videoCatID=6&categoryName=Pre-Op+%2F+Post-Op+Instructions>

---

---

Subject: Re: Latexy-Übungen wozu?

Posted by [duda](#) on Wed, 11 Nov 2009 15:09:41 GMT

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

---

genauso isses

bei mir hats anscheinend sehr viel geholfen

---

---

Subject: Re: Latexy-Übungen wozu?

Posted by [wiener39](#) on Wed, 11 Nov 2009 15:31:53 GMT

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

---

und da reichen ein paar tage um den erfolg der übungen zu merken?...hattingenhair meinte ich sollte am besten sofort beginnen

wann und wie oft am tag hast du diese übungen gemacht?

---

Subject: Re: Latexy-Übungen wozu?

Posted by [duda](#) on Wed, 11 Nov 2009 21:45:52 GMT

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

---

fang halt so früh wie möglich an. wenn du noch 1 Jahr Zeit hast, kannst du klar etwas ruhiger angehen lassen.

Aber warum ewig Infos suchen, was mehr Zeit in Anspruch nimmt, als einfach eine Zeit lang (vll beim fernsehschauen) die Übungen zu machen?

---

Subject: Re: Latexy-Übungen wozu?

Posted by [Treiblig](#) on Sat, 14 Nov 2009 08:58:47 GMT

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

---

Wie ist das eigentlich bei euch, habt ihr ein richtig zusammen gerolltes Stück Haut im Donorbereich? bei mir z.b. ist das richtig straff, also ich bekomme keine richtige Hautrolle, das spricht ja eigentlich nicht für die beste Laxity...

Also ich meine das wie bei der Hunderasse da, die aus Hautrollen besteht... Ich hoffe ihr versteht was ich meine...

---

Subject: Re: Latexy-Übungen wozu?

Posted by [Racer](#) on Sat, 14 Nov 2009 23:25:32 GMT

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

---

Also eine Hautrolle machen zu können ist wohl etwas übertrieben. Aber man sollte schon die Haut hin- und her "schieben" können. Bei mir ist es jetzt ein gutes Jahr nach der HT wieder wie vorher (kann die Haut wieder ca. 1cm nach oben und 1cm nach unten schieben) und Herr Muresanu meinte, man könnte nochmal annähernd die selbe Menge holen können.

Gruss Racer

---