

---

Subject: Und nochmal: HT und Kraftsport  
Posted by [Kramer86](#) on Sat, 17 Jul 2010 23:10:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo zusammen,

ich habe mir hier schon verschiedene Threads zu meinem Thema durchgelesen, aber auf meine konkrete Frage keine Antwort finden können.

Gibt es eine Methode der Haartransplantation, bei der man mit dem Krafttraining nicht für 6-12 Monate aussetzen muss, sondern nur wenige Tage/Wochen? Ich hab beim Lesen der Threads manchmal den Eindruck, dass es bei FUE keine Narben gibt, aber das kann doch eigentlich nicht sein oder?

Ich spiele nämlich mit dem Gedanken einer HT, aber wenn ich ein Jahr mit dem Krafttraining aussetzen würde, wäre meine ganze Arbeit der letzten Jahre umsonst gewesen.

Danke schonmal!

---

---

Subject: Aw: Und nochmal: HT und Kraftsport  
Posted by [cheveux](#) on Sun, 18 Jul 2010 01:00:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nur bei FUE kannst Du ohne Probleme nach ca. (safe) 2 Wochen mit deinem Training fortfahren. Bei FUT ist durch die Größe (Länge der Narbe) ein Auszeit von mindestens 6 Monaten ratsam. Bei FUE sind es Mikronarben, man muss schon genauer hinschauen.

---

---

Subject: Aw: Und nochmal: HT und Kraftsport  
Posted by [Shockloss0815](#) on Sun, 18 Jul 2010 08:33:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

cheveux schrieb am Sun, 18 July 2010 03:00 Nur bei FUE kannst Du ohne Probleme nach ca. (safe) 2 Wochen mit deinem Training fortfahren. Bei FUT ist durch die Größe (Länge der Narbe) ein Auszeit von mindestens 6 Monaten ratsam. Bei FUE sind es Mikronarben, man muss schon genauer hinschauen.

Falsch bei FUT kann es selbst nach 6 Monaten noch zu Narbenrissen kommen, hatte doch ein User hier schon geschrieben.

Also bei FUE würde ich sicherheitshalber einen Monat warten, alleine schon wegen des Empfangsbereichs, dass es da zu keinen Komplikationen kommt.

Bei FUT tja da kann man es nicht genau sagen da es jederzeit zur Vergrößerung der Narbe kommen kann

---

---

Subject: Aw: Und nochmal: HT und Kraftsport  
Posted by [Kane187](#) on Sun, 18 Jul 2010 09:37:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

bei FUE ohne probleme nach 2 wochen.  
ich selber hab sogar nach 10 tagen wieder angefangen.

---

Subject: Aw: Und nochmal: HT und Kraftsport  
Posted by [Kramer86](#) on Sun, 18 Jul 2010 12:28:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Super Leute, danke für die hilfreichen Antworten!

---