
Subject: Schlafen bzw. Nackenhörnchen Post OP
Posted by [Jason_doing](#) on Sun, 01 Jan 2012 18:50:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Ihr liebe.

Ich stehe einige Wochen vor FUT-OP und möchte deshalb mich darauf entsprechend vorbereiten.

Für den 45 grad Winkel schlafen heißt das, dass man Deckel oder ähnliches hinten Rücken legt, damit der Oberkörper quasi um 45grad schräg gegen Bett liegt? Man schläft dann auf Rücken, aber nicht seitlich?

Manche meinten das Nackenhörnchen soll versorgt werden, ist das hier richtige Sorte?
http://www.amazon.de/s/?ie=UTF8&keywords=nackenhoernchen&tag=googhydr08-21&index=aps&hvadid=9262540681&ref=pd_sl_1ticmtg3i1_b

Manche meinten aber Nackenrolle, also
http://www.amazon.de/s/?ie=UTF8&keywords=nackenhoernchen&tag=googhydr08-21&index=aps&hvadid=9262540681&ref=pd_sl_1ticmtg3i1_b#/ref=nb_sb_noss?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85Z%C3%95%C3%91&url=search-alias%3Daps&field-keywords=Nackenrolle&rh=i%3Aaps%2Ck%3ANackenrolle

Welche ist am besten geeignet? Ein Stück sollte ausreichen oder?

Ich danke euch für Eure Meinungen!

schöne Grüße
Jason

Subject: Aw: Schlafen bzw. Nackenhörnchen Post OP
Posted by [Jason_doing](#) on Mon, 02 Jan 2012 19:22:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Würde der Erfahrene behilflich sein?
Danke sehr und Grüße
Jason
