

---

Subject: Wann wieder Sport? und noch ein paar andere Fragen

Posted by [makeit](#) on Wed, 18 Jul 2012 20:04:42 GMT

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

---

Hallo Ihr HT-Experten,

Von meiner HT (FUT,4000 Grafts, Geheimratsecken und vorne) ist 6 1/2 Wochen her. Der jetzige Zustand lässt sich wie folgendes beschreiben: ca. 70-80% der Grafts ausgefallen. Die Haut der Empfängerzone pickelig und leicht gerötet. Einzelne kleine Haarspitzen lassen sich erkennen (Abgebrochene Grafts oder Neuwuchs?) Die Narbe am Hinterkopf (ca. 25 cm lang) ist kaum druckschmerzhaft, leicht gerötet. Darüber hinaus hätte ich ein paar Fragen:

- 1) wegen Pickel und Rötung an der Empfängerzone benutze ich seit gestern "Aloe vera" 100%. Is es richtig so?
- 2) Auf die Narbe am Hinterkopf trage ich seit gestern 1x/d Bepanthen auf. Richtig?
- 3) Die Empfängerzone wasche ich 1 mal am Tag mit Babyshampoo "Bübchen". Wie lange soll es mit Babyshampoo weiter gehen? Ab wann ein anderes Shampoo, z.B. Coffeinhaltige Shampoos?
- 4) Ab wann darf ich wieder leichten Sport machen, so was wie Joggen, oder Fußball?

Danke schön

---

---

Subject: Aw: Wann wieder Sport? und noch ein paar andere Fragen

Posted by [amandil](#) on Thu, 19 Jul 2012 10:26:31 GMT

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

---

1.) ok

2.) ok

3.) es muss ja nicht babyshampoo sein, ein normales ph hautneutrales shampoo tuts auch ab der op. wobei nach 6 wochen kannst du imho wieder normales shampoo benutzen.

4.) leichter sport wie joggen ist ok, fussball ist so eine sache (kopfbälle zb), zusammenstossen etc. damit würde ich noch etwas warten.

gerade im bezug auf die narbenentwicklung (stretching) solltest du die nächsten monate auf die narbe achtgeben

---

---

Subject: Aw: Wann wieder Sport? und noch ein paar andere Fragen

Posted by [makeit](#) on Thu, 19 Jul 2012 10:43:33 GMT

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

---

Danke für die Antwort.

Ich benutze i.d.R "Syoss Men Coffein" oder "Alpecin Coffein-Shampoo". Kann ich mit den Shampoos jetzt schon auch die Empfängerzone waschen? Oder sind sie zu aggressiv dafür?

und noch eine letzte Frage: Sind die oben genannten Shampoos zur Förderung und Verstärkung des Haarwuchses überhaupt gut genug? Gibt es bessere Shampoos in dieser Hinsicht? Egal wie teuer.

Vielen Dank.

---

Subject: Aw: Wann wieder Sport? und noch ein paar andere Fragen

Posted by [amandil](#) on Thu, 19 Jul 2012 11:12:25 GMT

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

---

Da scheiden sich wohl die Geister. Nachgewiesen ist wohl nur, dass KET Shampoo (Ketoconazol oder so) hilft, DHT zu hemmen?

Darüber findest du mehr im Allgemeinen Forum <http://www.alopezie.de/fud>