

---

Subject: Einschätzung - Anzahl Grafts & Kosten (pix inside)

Posted by [roodpart](#) on Fri, 02 Nov 2012 13:43:08 GMT

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

---

Hi zusammen,

danke nochmal für die Antworten zum Zeitmanagement. Ich bin mittlerweile soweit dass es mir egal ist ob jemand in der Arbeit was merkt. Menschen vergessen schnell & ausserdem will ich den Beruf sowieso wechseln also seis drum.

Darf ich euch bitten, mir eine realistische Einschätzung zum Status, nötiger Grafts (keine strips) und ungefährer Kosten bei einem guten Arzt zu sagen ? Kapital ist vorhanden, hier möchte ich nicht am falschen Ende sparen. Türkei etc. ziehe ich nicht in Betracht. Für das Gefühl dass ich jemanden "physisch" antreffen kann / zur Rede stellen kann sollte etwas schiefgehen bin ich bereit den höheren Preis zu zahlen.

Eine weitere Frage: Wieviel Vorlaufzeit für Terminplanung muss man bei einem der 3-4 Top HT'ler einplanen ? Handelt es sich um Monate oder kann man glück haben und kurzfristig einen Slot bekommen ? Ja, ich frage dort selbst, interessiert mich nur vorab.

Kann man eigentlich einmal verpflanzte Follikel nochmals verpflanzen (=Neuverteilen) ? Wenn mit z.B. 50 es dramatisch schlimmer wird, und man dann "Hörnchen" hat stelle ich mir sehr schlecht vor. Meds werde ich keine nehmen.

Alter:30

Fotos:  
Vorne Nass

Seite Nass

Vorne Trocken

---

### File Attachments

1) [IMG\\_0631.jpg](#), downloaded 600 times

---

---

Subject: Bild 2

Posted by [roodpart](#) on Fri, 02 Nov 2012 13:44:05 GMT

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

---

Bild 2 Trocken

---

### File Attachments

1) [IMG\\_0631.jpg](#), downloaded 498 times

---

Subject: Bild 3

Posted by [roodpart](#) on Fri, 02 Nov 2012 13:44:52 GMT

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

---

Bild 3 Nass / Seite

### File Attachments

---

1) [IMG\\_0626.jpg](#), downloaded 450 times

---

---

Subject: Aw: Einschätzung - Anzahl Grafts & Kosten (pix inside)

Posted by [JohnBello](#) on Sun, 04 Nov 2012 11:18:31 GMT

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

---

Also zum Thema wie kurzfristig das mit dem Termin klappt kann man wenn man flexibel ist nen abgesagten Termin von jemand anderen einnehmen. Dies hat aber nur finanziell einen Vorteil da du einen Rabatt bekommst. Ansonsten würde ich dir schon empfehlen 2-3 Monate Zeit bis zum Termin einzuplanen. Alleine schon um die Laxitätsübungen zu machen. Damit kann man im Spenderbereich ordentlich was rausholen.

Ne Einschätzung wieviele Haare du brauchst möchte ich nicht machen. Das sollen lieber die Pros hier im Forum machen. Aber prinzipiell kannst du mal im Internet die Methode mit der Alufolie und den Kästchen raussuchen und so selber berechnen.

---

---

Subject: Aw: Einschätzung - Anzahl Grafts & Kosten (pix inside)

Posted by [roodpart](#) on Mon, 05 Nov 2012 19:16:52 GMT

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

---

Hi John,

vielen Dank für Deine Antwort. Darf ich Dich nach näheren Infos zu "Laxitätsübungen" fragen ? Wenn ich das bei Tante google nachsehe komme ich nur auf diesen Thread bzw. nichts konkretes genau zu Haarverpflanzungen.

Guter Hinweis mit dem Rabatt, auch wenn das gar nicht mein Anliegen wäre. Ich habe noch massig Urlaub dieses Jahr und hätte es gerne über Weihnachten gemacht, deshalb die Frage ob ihr generell denkt man kann so kurzfristig etwas bekommen. Die Frage wo habe ich leider noch nicht für mich entscheiden können, in die Schweiz fahren für einen Beratungstermin z.B. habe ich nicht geschafft bisher.

Hast Du zufällig die Mail Adresse von Herrn Krämer abgespeichert dass ich ihn mal direkt kontaktiere ? Das wird ja hier des Öfteren geraten.

VG

---

---

Subject: Aw: Einschätzung - Anzahl Grafts & Kosten (pix inside)

Posted by [JohnBello](#) on Tue, 06 Nov 2012 10:31:56 GMT

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

---

Moin roodpart,

also es gibt da zwei übungen die man machen sollte:

1. Du drückst deine handflächen oberhalb der ohren etwas versetzt richtung hinterkopf gegen den kopf so das du die haut darunter fest hast. Durch den Druck schiebst du die Kopfhaut nach oben, hältst diese Position für 2 sec und ziehst dann die Haut herunter. Dies machst du im ständigen wechseln 2 Minuten lang.

2. Du verhakst die Finger beider Hände ineinander. dann drückst du diese Fläche (Handinnenseite) auf die obere Kopfrückseite. Also unterm Wirbel. Ich würde sagen oberstes Drittel des Hinterkopfs. Entsprechend wieder Druck aufbauen und die Kopfhaut hochdrücken, 2 sec halten und dann herunterziehen. Dies dann auch im Wechsel 2 min.

Hoffe die Erklärungen sind einigermaßen verständlich Du wirst merken dass es doch anstrengend ist besonders wenn man vorher trainieren war aber es lohnt sich. Ich hatte meine HT bei Hattingen und Hr. Muresanu war beeindruckt wie elastisch meine Kopfhaut war. Bei einer Strip-Op ist dies natürlich wichtig damit man möglichst viel Potenzial an Spendermaterial hat. Ich habe diese Übungen fast jeden Tag für 3 Monate gemacht.

Die Email hab ich leider nicht. Ich war damals in Düsseldorf bei Hr. Muresanu zum Gespräch und dann war die Sache für mcih klar

---