
Subject: Welches Nackenkissen, Stirnband und Cappy?

Posted by [TL80](#) on Sun, 15 Sep 2013 19:35:34 GMT

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

Ich hätte eine Frage an die "Erfahrenen" unter euch. Welches Nackenkissen würdet ihr für die Zeit nach der OP empfehlen? Reicht ein einfaches zum Aufblasen? Bei den Schwellungen soll ein Stirnband helfen. Wie fest muss dieses sein? Und zu guter letzt läuft man ja eine Weile mit Cappy rum, wenn man das will . Was könnt ihr hier empfehlen? Die meisten Cappies sind aus reiner Baumwolle. Muss dieses luftdurchlässig oder ähnliches sein?

Ich danke euch für eure Hilfe!

Subject: Aw: Welches Nackenkissen, Stirnband und Cappy?

Posted by [schutzgeist](#) on Mon, 16 Sep 2013 09:36:18 GMT

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

Hi TL80,

bin 3 Woche Postop und durfte da meine Erfahrungen machen.

Die ersten 2 Wochen würde ich überhaupt keine Basecap aufziehen, eher ein Bandana Kopftuch das man sehr sehr locker und behutsam aufsetzen kann.

Beispiel:

http://www.amazon.de/s/?ie=UTF8&keywords=bandana+tuch+schwarz&tag=googhydr08-21&index=aps&hvadid=31590800472&hvpos=1t1&hvexid=&hvnetw=g&hvrnd=18970756591132055376&hvpone=&hvptwo=&hvqmt=b&hvdev=c&ref=pd_sl_6bd6v11mpo_b

Danach hatte ich eine lockere Basecap auf, wo ich den klettverschluss hinten regulieren konnte. Die verschlossenen Basecaps (also flexfit caps) sind nicht praktisch da du diese über die Transplantate streifen musst.

Mein vorgehen war: Hinten Cap aufgemacht, dann vorne gerade das Cappy-Schild an die Stirn angesetzt und hinten wieder das Klett sehr locker verschlossen. Auch hier habe ich die Cap kaum oder gar nicht gespürt und musste die Grafts keiner "rubbelenden" bewegung aussetzen.

Nackenkissen habe ich mir auf einem Badehandtuch + Klebeband selber gebastelt. Hatte für mich ausgereicht.

Hoffe das hilft dir

Subject: Aw: Welches Nackenkissen, Stirnband und Cappy?

Posted by [opfer](#) on Mon, 16 Sep 2013 10:21:38 GMT

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

machs nicht so kompliziert. Schlaf einfach und gut ist's

(soll ja schon passiert sein, dass einer nach einer Herztransplantation sein Herz während des Schlafens wieder rausgenommen hat)
