

---

Subject: Nackenschmerzen extrem

Posted by [Intoleranz1](#) on Wed, 15 Jan 2014 03:00:23 GMT

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

---

Hatte eine FUE vor sechs Tagen und die Schmerzen kommen von der Schlafposition. Ich würde nur gerne wissen ob ich meinen Nacken anspannen darf und dehnen darf oder sich das negativ auswirken kann? Mehrmals ganz fest den Nacken anspannen und die Spannung halten hilft nach meiner Erfahrung nämlich am besten dagegen

---