

---

Subject: Wieder normal schlafen/duschen ??  
Posted by [max2000](#) on Sat, 24 Nov 2007 20:07:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Habe Tag 9 hinter mich gebracht und wuerde jetzt gerne wissen, ob ich wieder ohne Nackenhoernchen schlafen kann und beim Duschen den Oberkopf normal (mit Vorsicht natuerlich) ohne Gefaess abspuelen kann ?? Beides ist doch sehr laestig .

Noch was, habe heute eine neue Dunstabzugshaube montiert (war dringend noetig), habe mich dabei wohl zu sehr angestrengt und meine, dass sich bei den Implantaten neue Krusten gebildet bzw. die vorhandenen sich vergroessert haben.

Halte mich die naechsten Tage besser noch etwas zurueck.

Werde morgen wieder Bilder zeigen !!

---

---

Subject: Re: Wieder normal schlafen/duschen ??  
Posted by [ispera](#) on Sat, 24 Nov 2007 20:19:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

versuch doch, wenn Du badest, auch den Stirnbereich unter warmen Wasser zu tauchen und die Empfängerstelle während sie unter Wasser ist zu massieren, also leicht und kreisend, aber doch bestimmt, die Haut wird dabei so weich, dass sich die Krusten super lösen, das Abwaschen hat sich dann auch gleich erledigt, das Shampoo löst sich so natürlich auch. Ich bin jetzt Ende 3. Woche post OP, die Krusten habe ich auch so nach ca. 8-10 Tagen mit dieser Methode weggekriegt. Momentan wasch ich die Haare wieder ganz normal und hab noch schätzungsweise 60% der verpflanzten Haare, aber die verabschieden sich wohl auch bald, ich hoffe es zumindest, dann kann ich endlich auf die neuen Stoppeln warten, muss bestimmt ein Supergefühl sein, wenn man nach Jahren der Kahlheit plötzlich Stoppeln spüren kann.

PS: Wegen dem Schlafen war ich mir auch nicht sicher, aber immer auf den blöden Klammern der Narbe liegen schmerzte doch sehr, nach 2 Wochen hab ich wieder normal geschlafen.

---

---

Subject: Re: Wieder normal schlafen/duschen ??  
Posted by [max2000](#) on Sat, 24 Nov 2007 20:24:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich bade nicht, ich dusche.

Ich koennte natuerlich unter leicht fliessendem Wasser die Kopfhaut massieren, habe dies bisher immer mit abgestellter

Dusche (natürlich nasser Kopf) gemacht.

Danke fuer den Rat.

---

---

Subject: Re: Wieder normal schlafen/duschen ??  
Posted by [ispera](#) on Sat, 24 Nov 2007 20:26:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

könntest Du auch, ich denke, wenn der Duschstrahl nicht so grob und nicht so stark eingestellt ist, sollte dies den selben Effekt haben, wichtig ist auch die Wärme, die macht die Kopfhaut wirklich weich, ich habe auch immer bewusst die Krusten massiert, die lösten sich dann plötzlich vollständig, teils mit, teils sogar ohne die verpflanzten Haare, aber die lösen sich ja eh mal ab...

---

---

Subject: Re: Wieder normal schlafen/duschen ??  
Posted by [NW5a](#) on Sat, 24 Nov 2007 20:35:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nach 14 Tagen sind die Grafts fest, also was machen die paar Tage noch für ein Unterschied, hmm ? Reisst euch jetzt mal zusammen

---