

EFTER DIN HÅRTRANSPLANTATION

Vi vill att du ska känna dig trygg efter ditt ingrepp och finnas tillgängliga för dig. Maila oss så svarar vi inom kort.



KONTAKTA OSS:



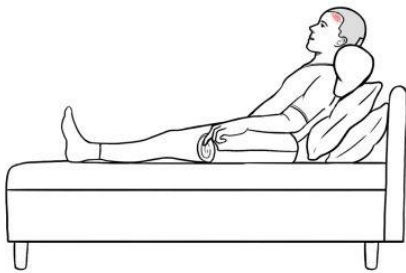
operation@nordichair.com

Vänligen ange ert fulla namn när ni kontaktar oss för att vi ska kunna hjälpa er så effektivt som möjligt.



HUR DU SKA SOVA EFTER DIN HÅRTRANSPLANTATION

Den närmsta tiden efter din hårtransplantation är det viktigt att ingenting kommer åt ditt transplantationsområde. Detta skulle riskera att försvåra läkningen eller skada de nytransplanterade hårsäckarna. När du sover får du ligga på ett sätt som gör att ingenting har kontakt med ditt transplantationsområde. Detta kan kännas ovanligt för många. Nedan har vi sammanställt hur du ska tänka när du sover.



1. Det nytransplanterade området får inte komma i kontakt med någonting medan du sover. Stapla kuddar på varandra för att komma upp lite med huvudet **de första två nätterna**. Vi rekommenderar en nackkudde för bekvämlighet.



2. Rör du dig mycket i sömnen rekommenderar vi att du rullar upp handdukar eller placerar kuddar bredvid dig på varje sida som armstöd.

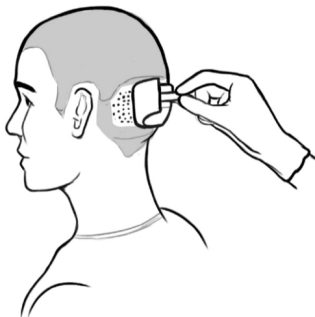


3. **Efter 2 nätter** kan du börja sova som vanligt igen. Då har hårsäckarna vuxit fast och du behöver inte oroa dig för att orsaka någon skada när du sover.



NORDIC HAIR
CLINIC

NÄR DU SKA TA AV BANDAGET



1. Efter ingreppet smörjs givarområdet in med vaselin för att hålla bort smuts och stoppa eventuell mindre blödning. För att inte vaselinet skall kladda tejpar vi fast ett bandage.
2. Runt lunchtid dagen efter ingreppet skall bandaget tas bort. Det är viktigt att det inte sitter längre än **24h** då det annars kan torka fast i huden.
3. Efter du tagit bort bandaget kan du torka rent huden med papper om det är lite blodrester kvar. Om bandaget torkat fast i huden kan det komma blod när du tar av det men det är inte farligt och läker snabbt. Vill du tvätta området går det bra.
4. Du behöver inte sätta på något nytt bandage efteråt, utan låt det luftas. Såren läker fort i nacken. Om det kliar, varar eller blir torrt går det utmärkt att smörja in med vanlig lotion. Området i nacken behöver du inte hantera med aktsamhet.



NORDIC HAIR
CLINIC

TVÄTT AV DET TRANSPLANTERADE OMRÅDET

Du skall börja skölja håret med vatten 3 dagar efter din hårtransplantation.

Efter 7 dagar kan du börja använda schampo.

Efter 10 dagar ska du försiktigt massera området med fingertopparna när du duschar.

Det är mycket viktigt att du tar hand om håret varje dag enligt instruktionerna. Detta får sårskorporna att ramla av inom 7-14 dagar. Då kommer de nya hårsäckarna börja växa snabbare.



1. När du sköljer eller tvättar håret ska du använda ljummet vatten och inte för hårt tryck. Låt vattnet rinna i minst 10 minuter. Det gör att sårskorporna mjuknar och faller bort lättare. Efter 10 dagar kan du börja massera lätt.



2. För att torka huden/håret kan du använda vanligt hushållspapper och badda försiktigt. Efter 10 dagar kan du börja använda handduk - men se till att den är ren.



NORDIC HAIR CLINIC

EFTERVÅRD

Läkningsprocessen är vid en hårtransplantation i de allra flesta fall smärtfri och smidig. Däremot krävs det att du följer de instruktioner och råd som ges av oss. Detta för att resultatet ska bli så bra som möjligt och minimera eventuella risker.

- Efter en transplantation utförd med FUE-tekniken bildas små sårskorpor där de placerats i huden på hjässan. Dessa försvinner vanligtvis inom 7-14 dagar. Undvik att riva bort dem även om det skulle klla.
- Området på skalpen kan komma att bli svullet på grund av lokalbedövningen. Denna lägger sig vanligtvis inom ett par dagar. I vissa fall kan svullnaden vandra ned mot panna, ögon och näsa.
- Håll god handhygien efter ingreppet och byt till rena sängkläder när du kommer hem.



SPT SPRAY

Spraya det transplanterade området varannan timme dagen efter ingreppet samt dagen därpå (två dagar totalt).



LOTION

Om det känns torrt eller stramt i donationsområdet (nacken) kan du massera och smörja in med lite lotion.



PRP – EFTERBEHANDLING

4 st PRP-behandlingar ingår och genomförs på följande vis.

1. Under transplantationen
2. Ca en vecka efter ingreppet
3. Ca två veckor efter ingreppet
4. Vid uppföljning efter ca 12 månader



NORDIC HAIR CLINIC



MÖSSA / KEPS

Efter fem dagar går det bra att börja använda huvudbonad som keps eller mössa men de får inte sitta tigt. Använd helst bara korta stunder. Du kan styla håret efter 14 dagar.



ALKOHOL

Alkohol ska undvikas 48h innan och efter ingreppet.



SOL

Undvik starkt solljus de första 3 månaderna efter ingreppet. Vid användning av solskyddsfaktor kan du vara i solen efter 4 veckor.



KLIPPNING & FÄRGNING

Efter 4v kan man trimma det transplanterade området med plastskydd, kortast 3mm. Området får inte rakas med hyvel de första 6 månaderna. Det övriga håret samt donationsområdet kan klippas. Du får börja färga håret efter 4 veckor.

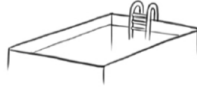


KOFFEIN & BLODFÖRTUNNANDE PREPARAT

Koffein och t.ex. ipren, omega 3 och aspirin är blodförtunnande. Undvik dessa upp till 48 timmar efter ingreppet. Vid osäkerhet gällande blodförtunnande, rådfråga din läkare.

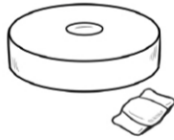


NORDIC HAIR CLINIC



BAD & BASTUBAD

Pool, jacuzzi, bastu och allmänna simhallar ska undvikas de första 4 veckorna. Det finns mycket bakterier och rengöringsmedel på dessa platser. Bad i havet ska också undvikas i 4 veckor efter ingreppet.



SNUSNING

Snus har inte lika stor påverkan på kroppens läkningsförmåga som rökning har. Undvik detta minst i 48h innan och efter ingreppet, men det är optimalt att undvika i 4 veckor.



TRÄNING & FYSISK AKTIVITET

Vänta i 14 dagar med att träna och utföra aktiviteter som utlöser kraftigt ökad puls och högt blodtryck. Vidare ska du undvika att lyfta tunga föremål samt böja huvudet alltför mycket. Lugnare promenader går bra och rekommenderas för att hålla igång blodcirkulationen. Försök hålla samlivet till en väldigt lugn nivå.



RÖKNING & TOBAK

Rökare uppmanas att avstå helt från tobak minst 7 dagar efter ingreppet. Rökning har en stor påverkan på blodcirkulationen och har därför en negativ effekt på läkningsprocessen.



NORDIC HAIR CLINIC

MEDICINERING



IBUPROFEN

Skulle du få lite värk i nacken eller huvudet efter ingreppet kan du ta 1-2 tabletter Ibuprofen för smärtlindring. Intages med mat.



DALACIN

Antibiotika tar du i tre dagar efter ingreppet för att minimera risken för infektion de första dagarna. Intages med mat.

Operationsdagen: 1 tablett på kliniken och 1 tablett på kvällen

Dag 1: 1 tablett morgon och kväll

Dag 2 : 1 tablett morgon och kväll



BETAPRED

Du får även kortison för att minska risken för svullnad efter ingreppet. Löses i ett glas vatten.

Operationsdagen: 6 tabletter på kliniken

Dag 1: 4 tabletter på morgonen

Dag 2: 2 tabletter på morgonen



EVENTUELLA BIVERKNINGAR/KOMPLIKATIONER

Den medicinering som ges vid samt efter ingreppet kan ge upphov till biverkningar, och alla medicinska ingrepp kan i sällsynta fall leda till komplikationer. Detta är individuellt och påverkas till viss del av livsstilsfaktorer och sjukdomshistoria. En medicinsk kontroll görs alltid för att kunna anpassa behandlingen efter varje enskild kunds förutsättningar.

Under ingreppet

- Hjärtklappning, till följd av behandling med adrenalin
- Lokalbedövningen kan medföra visst obehag, vilket är övergående

Efter ingreppet

I de flesta fall läker huden problemfritt efter ingreppet. Eventuella komplikationer är i de allra flesta fall lindriga och snabbt övergående.

- I det behandlade området kan tillfälligt uppstå klåda, ömhet och rodnad. I sällsynta fall upplevs också tillfälligt känselbortfall.
- Enstaka hårstrån kan växa inåt vilket ger acne-liknande utslag.
- Viss ärrbildning i form av mycket små pigmenteringar i givarområdet
- Svullnad kan uppstå efter behandlingen, och ibland ge upphov till blåmärken runt ögonen.
- Håravfall kan uppstå tillfälligt, men därefter växer håret tillbaka.
- Infektion (för att minska infektionsrisken ges behandling med antibiotika)
- Hicka
- Yrsel
- Håret som växer ut kan i första växtfasen vara borstigt/frissigt

Resultat

Ett slutresultat kan normalt förväntas runt 12 månader efter ingreppet, med undantag för speciella tillfällen. När håret transplanteras så har man först rakat det, vilket innebär att det tar tid innan håret växer ut ordentligt på sin nya plats. Det är vanligt att håret börjar växa, varpå hårsäcken släpper hårstrået efter någon månad och processen startar om igen. Det här kan ske i olika skeden för olika hårsäckar, så utväxten kan både ta tid och vara lite ojämn till en början. De första månaderna kan håret också vara lite borstigt och styvt, men kommer lägga sig med tiden.