

EFTERVÅRD

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

- Efter en transplantation utförd med FUE-tekniken bildas det små sårskorpor i nacken där hårsäckarna tagits ut och där de har placerats i huden på hjässan. Dessa försvinner vanligtvis inom 7 till 10 dagar. Undvik att riva bort dem även om det skulle klia. Var noga med att duscha området enligt anvisningar för att hjälpa skorporna ramla av.
- Området på skalpen kan komma att bli svullet på grund av lokalbedövningen. Denna lägger sig vanligtvis inom ett par dagar.
- Håll god handhygien efter ingreppet och byt till rena sängkläder när du kommer hem. Sov lite lutande första natten för att undvika svullnad. Använd extrakudde. Undvik att röra i det transplanterade området där de nya hårstråna är implanterade.

TVÄTT



72 timmar efter ingreppet går det bra att försiktigt skölja håret. Efter fyra dygn ska du tvätta håret försiktigt med ett mildt schampo, men undvik att torka skalpen hårt med en handduk. Torka genom att lägga hushållspapper på. Det är viktigt att tvätta håret för att undvika risk för infektion.



MÖSSA/KEPS

Efter fem dagar går det bra att börja använda huvudbonad så som keps eller mössa men de får inte sitta tight och ska helst bara sitta på kortare stunder. Du kan börja styla håret igen efter 14 dagar.



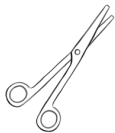
ALKOHOL

Alkohol ska undvikas upp till 48 timmar innan och efter ingreppet.



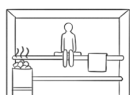
SOL

Undvik starkt solljus de första 6 månaderna efter ingreppet.



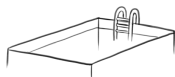
KLIPPNING

Efter 4 veckor kan man trimma det transplanterade håret med plastskydd, men inte kortare än 3mm. Det transplanterade området får absolut inte rakas med rakblad de första 6 månaderna. Det övriga håret samt donationsområdet får man klippa hur man vill.



BASTUBAD

Undvik att bada i bastu upp till 4 veckor efter hårtransplantation. Det är väldigt varmt inne i en bastu och värmen kan skada de nytransplanterade hårsäckarna.



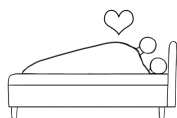
BAD

Pool, jacuzzi och allmänna simhallar ska undvikas de första 4 veckorna. Detta är för att det finns väldigt mycket bakterier, klor och rengöringsmedel på dessa platser. Bad i havet ska också undvikas 4 veckor efter ingreppet.



SNUSNING

Snusning har inte lika stor påverkan på kroppens läkningsförmåga som rökning har. Men vi rekommenderar fortfarande att snusare avstår från snusning minst i 48 timmar efter ingreppet.



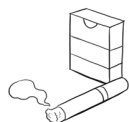
SAMLIV

Försök att hålla samlivet till en väldigt lugn nivå 1 vecka efter hårtransplantation. Blodtrycksförändringen kan, likt träning, skada kapillärerna i hårsäckarna vilket gör att hårsäcken dör.



TRÄNING

Vänta cirka 14 dagar med att träna och utföra aktiviteter som ger kraftigt ökad puls och högt blodtryck. Vidare ska patienten undvika att lyfta tunga föremål samt böja huvudet alltför mycket. Lugnare promenader går bra och rekommenderas för att hålla igång cirkulationen.



RÖKNING

Rökare uppmanas att avstå helt från tobak minst en vecka efter transplantation. Rökning har en stor inverkan på blodcirkulationen och har därför en negativ effekt på läkningsprocessen.

Skulle det uppstå frågor när du kommer hem går det alltid att nå oss per telefon, 08-20 00 18, eller mejl, alternativt besöka oss på kliniken.