

ΜΕΤΕΓΧΕΙΡΗΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ FUE

Μετά το τέλος της επέμβασης να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή τις 2 πρώτες εβδομάδες.

Παρακαλώ διαβάστε τις παρακάτω οδηγίες με προσοχή:

- Η χρήση της μαντίλας είναι για περιορισμένο χρονικό διάστημα για τις ώρες μετακίνησης και μόνο. **Προσέξτε**, κατά την ώρα του ύπνου μην την φοράτε.
- Οι άμεσοι τραυματισμοί στο κεφάλι είναι η κύρια αιτία απώλειας μαλλιών μετά την επέμβαση. Για το λόγο αυτό συνιστάται όπως προσέχετε να μην χτυπήσετε το κεφάλι σας μπαίνοντας ή βγαίνοντας από το αυτοκίνητο.

Πρώτες 3 Νύκτες

Πλαγιάστε με 3-4 μαξιλάρια κάτω από τους ώμους σας ώστε να κρατάτε το κεφάλι πιο ψηλά από την καρδιά, ούτως ώστε το σώμα να βρίσκεται σε γωνία 45°. Η προτεινόμενη θέση είναι σημαντική για να ελαχιστοποιηθεί το οίδημα (πρήξιμο).

Επικοινωνήστε αμέσως με την κλινική εάν:

- Η θερμοκρασία σας υπερβεί τους 38°C
- Παρουσιαστεί αιμορραγία
- Ξαφνικό οίδημα (φούσκωμα) τις πρώτες 12 ώρες μετά το χειρουργείο

1. Περιποίηση Δότριας και Λήπτριας (Μεταμοσχευμένης) περιοχής

1^η Ημέρα Από την ημέρα της επέμβασης ψεκάστε τη **λήπτρια** περιοχή με φυσιολογικό ορρό κάθε 1/2 ώρα μέχρι να τελειώσει το περιεχόμενο του δοχείου. Βάλτε μίγμα (οδηγίες παρασκευής πιο κάτω) **Aloe Vera Gel, Fucicort** και **Βιταμίνη Ε** στη **δότρια** περιοχή **2 φορές** την ημέρα.

2^η-12^η Ημέρα Βρέξετε ολόκληρο το κεφάλι ελέγχοντας τη ροή του νερού με το χέρι. Το νερό να είναι χλιαρό. Βάλτε "**Octenisan Cleaning**" στα χέρια σας και δημιουργήστε σαπουνάδα. Τοποθετήστε την σε όλο το κεφάλι. Με ελαφρές κυκλικές κινήσεις απλώστε την σαπουνάδα στην λήπτρια περιοχή για 1 λεπτό. Μετά για ακόμη 1 λεπτό απλώστε την σαπουνάδα και στην δότρια περιοχή κάνοντας μασάζ. Ξεβγάλετε, ελέγχοντας την ροή του νερού ώστε να **μην** τρέχει με πίεση. Βάλτε μίγμα **Aloe Vera Gel, Fucicort** και **Βιταμίνη Ε** στη **δότρια** περιοχή **2 φορές** την ημέρα. Η όλη διαδικασία να γίνεται **2 φορές** την ημέρα, πρωί και βράδυ. Το μασάζ μπορεί να γίνει πιο έντονο μετά την 5^η μέρα. Επίσης να χρησιμοποιείται κανονική πίεση νερού μετά την 5^η μέρα.

13^η Ημέρα και μετά Συνεχίστε να χρησιμοποιείτε το **Octenisan** μέχρι να τελειώσει. Ακολούθως μπορείτε να χρησιμοποιείτε σαμπουάν που θα σας προταθεί από την κλινική ή το συνηθισμένο σας σαμπουάν.

► Προσοχή ◀

Αποφύγετε την χρήση οποιουδήποτε τύπου κρεμών, αφρού, ζελέ ή άλλων προϊόντων για **MHRC Hair Transplant Center.**

Λεωφόρος Ιφιγενείας 70,
διαμέρισμα 101
Στρόβολος, 2003
Λευκωσία, Κύπρος.



κόμμωση για τουλάχιστον 25 ημέρες μετά την μεταμόσχευση. Βαφές μαλλιών μπορούν να χρησιμοποιηθούν μετά την πάροδο τουλάχιστον 30 ημερών και κατόπιν συνεννόησης με τη κλινική.

2. Οδηγίες για την ετοιμασία μίγματος Aloe Vera, Fucicort και Βιταμίνης E

Η ανάμειξη πρέπει να γίνεται κάθε φορά που θα γίνει η εφαρμογή ώστε το μίγμα να είναι πάντοτε φρέσκο. Το μίγμα αυτό θα βοηθήσει στην επούλωση και θα ελαχιστοποιήσει την δημιουργία ουλής. Πρέπει να χρησιμοποιείται από την επομένη μέρα του χειρουργείου μέχρι να τελειώσουν τα υλικά για το μίγμα. Η ανάμειξη θα γίνεται κατά τον πιο κάτω τρόπο:

1. Γεμίστε την βάση του μικρού πώματος με Aloe Vera Gel ώστε να καλύπτει την βάση όταν εξαπλωθεί
2. Προσθέστε περίπου 2εκ Fucicort cream
3. Προσθέστε 2 κάψουλες βιταμίνης E, τρυπώντας τις με μια βελόνα και πιέζοντας το περιεχόμενο μέσα στο μίγμα
4. Αναμίξτε με μία σπάτουλα και απλώστε το μίγμα στη δότρια περιοχή
5. Αφήστε να απορροφηθεί

4. Φαρμακευτική αγωγή

Δισκία ύπνου

Θα σας δοθεί δισκίο που θα σας βοηθήσει να έχετε ένα ήσυχο βράδυ, την πρώτη νύκτα μετά τη μεταμόσχευση. Μην οδηγήσετε ή χρησιμοποιήσετε βαριά μηχανήματα υπό την επήρεια του φαρμάκου.
Απαγορεύεται η κατανάλωση αλκοόλ.

Παυσίπωνα

Σκοπός των παυσίπωνων είναι να μειωθεί το αίσθημα πόνου ή δυσφορίας μετά την επέμβαση. Θα σας χορηγηθούν παυσίπωνα δισκία τα οποία μπορείτε να παίρνετε κάθε έξι ώρες. Απαγορεύεται να πάρετε ασπιρίνη ή άλλα αντιφλεγμονώδη φάρμακα για τουλάχιστον 3 ημέρες μετά τη επέμβαση, ώστε να αποφευχθεί ο κίνδυνος πρόκλησης αιμορραγίας.

5. Άλλες χρήσιμες πληροφορίες

Απώλεια αίματος

Σπάνια, μπορεί να παρουσιαστεί κάποια μικρή απώλεια αίματος μετά την αποχώρησή σας. Σε τέτοια περίπτωση επικοινωνήστε με την κλινική.



**Θέση
Ανάπαυσης**

Η ιδανικότερη θέση για τις επόμενες 3 νύκτες είναι το κεφάλι να βρίσκεται σε γωνία 45° με το κρεβάτι. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε όσα μαξιλάρια χρειάζεται. Η θέση αυτή μειώνει την πιθανότητα δημιουργίας οιδήματος (πρήξιμο).

Οίδημα

Εάν παρουσιαστεί οίδημα (πρήξιμο) θα είναι την 2^η-3^η ημέρα. Θα υποχωρήσει μετά από 4-5 ημέρες και είναι ακίνδυνο. Εάν είναι επώδυνο ή συνοδεύεται από πυρετό τότε επικοινωνήστε με την κλινική.

**Άσκηση
Ποτό
Κάπνισμα**

Την επόμενη μέρα της μεταμόσχευσης, καλό θα ήταν να παραμείνετε στο σπίτι για ξεκούραση. Τις επόμενες 3 μέρες μπορείτε αρχίσετε να ασχολείστε σιγά-σιγά με καθημερινές δραστηριότητες. Παράλληλα, θα πρέπει να αποφεύγετε οποιοδήποτε είδος άσκησης για τις πρώτες 15 μέρες, ειδικά η άρση ή μεταφορά βαριών αντικειμένων, όπως επίσης και η άσκηση σε γυμναστήριο. Μετά την πάροδο των 15 ημερών μπορείτε να ασκηθείτε ελαφρά π.χ. δρόμο ή ελαφρύ κολύμπι. Αποφύγετε οποιαδήποτε σεξουαλική δραστηριότητα τις πρώτες 3 μέρες. Αποφύγετε το κάπνισμα και το αλκοόλ τις πρώτες 3 μέρες καθότι αυτά μπορούν να επηρεάσουν την εξέλιξη φύτευσης των μοσχευμάτων.

Ήλιος

Αποφύγετε την απευθείας έκθεση στον ήλιο τους επόμενους 4 μήνες. Προστατευθείτε χρησιμοποιώντας καπέλο όταν βγαίνετε στον ήλιο και ειδικά όταν βρίσκεστε στην παραλία. Χρησιμοποιείτε αντηλιακή κρέμα με δείκτη προστασίας SPF 35 και άνω.

Μόλυνση

Σε εξαιρετικά σπάνιες περιπτώσεις μια μεταμόσχευση μπορεί να παρουσιάσει μόλυνση. Σε τέτοια περίπτωση επικοινωνήστε μαζί μας.

Μυρμηκίαση

Στην πολύ εξαιρετική περίπτωση που παρουσιαστεί μυρμηκίαση, μην ανησυχήσετε. Συνήθως η μυρμηκίαση, εφόσον παρουσιαστεί, υποχωρεί μέσα στους πρώτους δύο – έξι μήνες.

**Ενίσχυση
Αποτελέσματος**

Είναι πάρα πολύ σημαντική η χρήση φαρμακευτικής αγωγής για ένα χρόνο μετά τη μεταμόσχευση ούτως ώστε να έχουμε το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα. Συστήνεται η χρήση αντιανδρογενών ουσιών που τοποθετούνται τοπικά ως επίσης και η λήψη δισκίων φιναστερίδης για ένα χρόνο.

Για οποιοσδήποτε απορίες ή διευκρινήσεις, επικοινωνήστε μαζί μας.