

ΜΕΤΕΓΧΕΙΡΗΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ STRIP

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

Αμέσως μετά την επέμβαση ψεκάστε τη **λήπτρια** περιοχή με φυσιολογικό ορρό κάθε 1/2 ώρα ή συντομότερα μέχρι να τελειώσει το περιεχόμενο του δοχείου. Ψεκάστε δύο φορές την ημέρα, με "**Octenisept Antiseptic solution**" τη **δότρια περιοχή STRIP**.

2^η-12^η Ημέρα

Βρέξτε 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. Αφού στεγνώσει το κεφάλι ψεκάστε με "**Octenisept Antiseptic solution**" **μόνο** την **δότρια περιοχή STRIP**. Η όλη διαδικασία να γίνεται **2 φορές την ημέρα**, πρωί και βράδυ μέχρι την αφαίρεση των ραφών.

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 Cleaning Shampoo**" μέχρι να τελειώσουν. 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 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.

4. Αφαίρεση ραφών

Η αφαίρεση ραφών γίνεται τη 8^η ημέρα στην κλινική. ΜΗΝ κουρευτείτε πριν την 10^η ημέρα.

5. Φαρμακευτική αγωγή

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.
Δισκία ύπνου Απαγορεύεται η κατανάλωση αλκοόλ.

Παυσίπωνα Σκοπός των παυσίπωνων είναι να μειωθεί το αίσθημα πόνου ή δυσφορίας μετά την επέμβαση. Θα σας χορηγηθούν παυσίπινα 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.

1. 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 οποιεσδήποτε απορίες ή διευκρινήσεις, επικοινωνήστε μαζί μας.