
Subject: Erfahrungsbericht Dr. Bicer GHE+ Tonsur 3600 Grafts

Posted by [Eden17](#) on Mon, 17 Apr 2023 15:30:53 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo zusammen,

nun war es soweit und auch Ich habe eine HT in der Türkei bei Dr. Bicer durchführen lassen.

Weil mir die hier im Forum vorgestellten Fälle eine große Hilfestellung bei meiner Entscheidungsfindung waren, möchte ich auch meine HT und Erfahrungen hier teilen.

Ausgangslage:

Meinen Haarschwund habe ich mit ca. 24 bemerkt, als der Wirbel an der Tonsur sich langsam ausdünnte. Seitdem habe ich mich in diesem Forum mal mehr, mal weniger mit diesem Thema beschäftigt. Zwar hatte ich nie komplett geschlossene Haarlinie, aber mit der Zeit wurden auch die GHE tiefer sowie das Haupthaar dünner. Mit 26 fing ich an durch Minox und NEM's gegenzulenken, dennoch war ich mir aber bewusst, das langfristig eine HT notwendig ist. Mit Minox hatte ich damals die ersten Jahre gute Ergebnisse erzielt und ich bin mir heute auch sicher, dass der Haarzustand heute ohne wesentlich schlechter wäre. Zwischendurch habe ich mir auch mal FIN vom Arzt verschreiben lassen, allerdings habe ich es nur ein Jahr lang eingenommen, da meine Furcht vor dauerhafte Nebenwirkungen zu groß waren. Bei den NEM's hatte ich bei Kieselerde den größten positiven Effekt wahrgenommen. Nach etwa drei Monate fühlt sich das Haar wesentlich kräftiger an. Leider habe ich es die letzten Jahre nicht immer regelmäßig eingenommen.

Entscheidungsprozess:

Wie bereits oben erwähnt, beschäftigte ich mich schon seit längerem mit dem Thema Haarausfall und welche Möglichkeiten es gibt, diesen „aufzuhalten“. Sowohl im allgemeinen Forum als auch hier im HT Bereich erwartet einen erst einmal ein „Information Overload“. Daher habe ich mir wirklich lange Zeit genommen, um hier eine Entscheidung zu treffen, die wohl recherchiert und bedacht ist.

Da mein Budget seine Grenzen hat, fielen einige Kliniken (z.B. HLC) raus, die tolle Ergebnisse hervorbrachten, aber einfach zu teuer waren. Gleichzeitig gab es zwar einige Kliniken, welche zum Teil den Ruf einer „Fließband“-Klinik hatten, aber für ein niedriges Budget, gute Ergebnisse erzielte. So empfand ich die vorgestellten Erfahrungsberichte von Dr. Aygins Klinik durchaus überzeugend.

Letztlich habe ich dann nur Dr. Bicer kontaktiert und mir ein Angebot eingeholt. Ausschlaggebend waren hier die guten Ergebnisse, aber auch die Tatsache, dass nur ein Patient pro Tag behandelt wird. Nach einem kurzen Austausch mit ein paar Tagen erhielt ich ein Angebot inklusive Vorgehen und Erläuterung. Bei der Einschätzung über die Menge der Graftzahl (ca. 3600 Grafts) war ich zunächst überrascht, da ich nicht mit der Notwendigkeit so vieler Grafts gerechnet hatte. Damit lagen die Kosten zwar erst einmal deutlich über meinen angesetzten Budget von 5.000€, aber ich wollte es lieber einmal „richtig“ machen lassen, als am falschen Ende zu sparen.

Ablauf der Haartransplantation

1. Tag: Transfer und Ankunft

Ich bin mit leichten Gepäck und Cap an einem Donnerstag nach Istanbul geflogen. Ich hatte am Anfang der Woche das notwendige Bargeld abgehoben und es in meiner Jackeninnentasche. Das Gefühl mit einer so großen Menge Bargeld unterwegs zu sein, war tatsächlich etwas komisch, aber letztlich kein Problem. Der Transfer wurde vorab über Aydin Tuncer, dem Ansprechpartner der Klinik, organisiert. Kleines Highlight: Im Kleinbus konnte ich auf der Fahrt

vom Flughafen zum Hotel entspannt über den integrierten TV auf YouTube ein paar Schachvideos schauen.

Das Hotelzimmer ist gemütlich eingerichtet. Aydin hatte mir ein Restaurant im nahegelegenen Einkaufszentrum empfohlen, welches ich dann am Abend besucht habe. Im Zimmer lagen bereits die Unterlagen, welche ich durchlesen und unterschreiben musste. Dies umfasst u.a. Patientenaufklärungsbögen und Einwilligungserklärungen, die ich durchlesen, unterschreiben und teilweise abschreiben musste. Dies schreibt das türkische Gesundheitsministerium auch so vor. Die Aufregung am Tag vor der Operation war bei mir nicht sonderlich groß, sodass ich gut geschlafen habe.

2. Tag: Gespräch mit Dr. Bicer, Vorbereitung und Operation:

Am nächsten Tag (Freitag) wurde mir gegen 08:30 Uhr ein kleines Frühstück gebracht. Das hätte ruhig etwas nahrhafter sein können. Gegen 08:50 wurde ich dann von Aydin abgeholt. Zu meiner Überraschung befindet sich die Klinik im gleichen Gebäude wie das Zimmer. Ich hatte am Vorabend noch nicht alle Unterlagen unterschrieben, da ich noch ein paar Fragen hatte. Nachdem dies erledigt war, wurde ich in den Vorbereitungsraum gebeten, in dem mit Blut für Nachweise auf übertragbare Virusinfektionen sowie für das Plättchen-reiche Plasma zum Lagern der Grafts entnommen wurde. Da ich regelmäßig Blutspenden bin, war das für mich aber besonderes Unterfangen. Anschließend wurden Bilder von meinem Kopf vor der Rasur aufgenommen. Dann ging es in das Büro von Frau Dr. Bicer, wo sie sich erst einmal vorstellt und mit einem Haarlinie bespricht. Sie zeichnete eine konservative Haarlinie, die nicht zu tief und gerade ist. Hier waren wir uns schnell einig, da dies auch meiner präferierten Vorstellung entsprach. Es wurde außerdem festgestellt, dass meine Haut leicht gereizt ist, was vermutlich auf das Minoxidil zurückzuführen ist. Danach bekam ich noch die Möglichkeit Fragen zu stellen, allerdings war mein Fragenkatalog nicht sehr groß, da ich bereits sehr viel recherchiert hatte. Nach der Besprechung wurden die Haare abrasiert. Das fühlte sich tatsächlich erleichternd an.

Dann bekam ich endlich die Möglichkeit, mich um die große Menge Bargeld zu erleichtern. Die Bezahlung wurde in einem kleinem Nebenzimmer von einer netten Mitarbeiterin durchgeführt. Zwischendurch hatte ich OP Kleidung von Aydin bekommen und mich umgezogen sowie meine Wertsachen in einem Schrank im Vorbereitungsraum verschlossen. Anschließend ging es zum zum Operationsraum. Ich war zwar nicht aufgeregt, bekam aber trotzdem eine Tablette zur Beruhigung.

Dann durfte ich mich auf den OP Stuhl legen und die Betäubung begann. Die erste halbe Stunde war am unangenehmsten, aber zumutbar. Als die Betäubung einsetzte, wurden die Grafts entnommen und ich bin gelegentlich eingedöst. Zwischendurch wurde ich immer mal wieder gefragt, ob alles okay, wodurch ich wieder wach wurde. Während der gesamten Operation hatte ich keinerlei Zeitgefühl und kann im Nachhinein nicht einschätzen, wie lange die Schritte einzeln gedauert haben. Nach der Entnahme folgte die Öffnung der Kanäle, also die Vorbereitung auf die Einpflanzung. Auch dieser Schritt wurde von Frau Dr. Bicer persönlich durchgeführt. Als Dr. Bicer fertig war, gab es Mittagessen. Hier hatte Aydin vorab gefragt, wonach einem ist und sich dann darum gekümmert. Während ich aß, leistete mir Aydin mir angenehme Gesellschaft. Nachdem diese fertig war, ging es weiter mit der Einpflanzung der Grafts. Danach wurden die Grafts verpflanzt, was vermutlich am meisten Zeit beanspruchte und sich auch etwas zog. Da dies von zwei Assistenten durchgeführt wurde, unterhielten sich diese. Ich konnte diese natürlich nicht verstehen, aber es war etwas anstrengend auf Dauer, da zeitgleich auch türkisch Chartmusik auf dem Fernseher lief. Zwischendurch schaute auch Frau Dr. Bicer vorbei. Leider klappte das schlafen hier nicht so gut und es war etwas zäh. Am Ende

wurde mir im Spenderbereich ein Verband angelegt und ich wurde wieder in den Vorbereitungsraum gebeten. Ich bekam von Aydin und Frau Dr. Bicer noch kurz Hinweise, was ich am Abend zu beachten hatte bevor es für mich ins Zimmer zurückging.

3. Tag: Kontrolle, Abnahme der Bandage und Rückflug.

Ich hatte meinen Rückflug direkt für den Folgetag gebucht (Samstag). Ich hatte die Nacht problemlos geschlafen. Gegen 09:30 Uhr sollte ich nochmal in der Klinik komm, damit die Bandagen abgenommen werden und der Spender/Empfänger begutachtet wird. Außerdem wurden Bilder von den operierten Stellen gemacht. Zusätzlich bekam eine kleine Tasche mit Lotion, Shampoo und Nackenkissen sowie einer Anleitung für die nächsten Tage.

Post Op

Einer meiner größten Sorgen waren die Nächte, da ich manchmal Nachts an meinem Kopf kratze und ich daher befürchtete, die Grafts zu verletzen. Seit ich aber das Minox pausiere, habe ich kein Kopfjucken mehr. Hier werde ich die Dosierung anpassen, sobald ich es wieder verwenden darf.

Die erste Nächte schließen ich aufgrund der Schlafposition nur sporadisch. Tagsüber hatte ich keine Probleme, außer dass der Spender leicht gereizt war.

Inzwischen sind 9 Tage vergangen und die Krusten haben sich alle problemlos gelöst. Die Kopfhaut ist zum Teil noch etwas taub und der Spender fühlt sich immer noch sehr gereizt an, sieht aber soweit gut aus. Ich war immer mal wieder draußen einkaufen und gestern Nachmittag beim Geburtstag eines Freundes und es scheint wirklich niemanden aufzufallen, dass ich eine Haar OP hatte (was mich doch sehr erstaunt).

Weiteres Vorgehen

Mir ist bewusst, dass der Haarausfall mit der HT nicht gestoppt wurde, weshalb ich mich die letzten Tage nochmal intensiv auseinandergesetzt habe, wie ich diese Investition langfristig am besten unterstützen kann, um ein gutes Ergebnis zu erzielen. Hierbei möchte ich einen möglichst ganzeinheitlichen und wissenschaftlichen Ansatz verfolgen. Glücklicherweise erschien ein paar Tage nach meiner OP in meinem Lieblingspodcast von Dr. Huberman (Professor Neurowissenschaftler und Professor für Neurobiologie an der Stanford School of Medicine) eine Folge zum Thema Haarverlust- und Wachstum.

1. Neben der Wiederaufnahme von Minoxidil, werde ich zusätzlich einmal die Woche einen Dermaroller (1mm) verwenden, da dieser in zahlreichen Studien (<https://perfecthairhealth.com/microneedling-best-needle-length/>) aufgezeigt hat, dass es in Kombination mit Minox Neuwachstum unterstützt.

2. Zusätzlich werde ich wieder beginnen FIN zu nehmen, allerdings mit der geringsten Menge möglich. Hier haben Studien gezeigt, dass eine Menge von 0,2 Gr pro Tag bereits einen signifikanten Einfluss haben.

3. Aufgrund meiner persönlichen Erfahrung werde ich regelmäßig Kieselerde zu mir nehmen, da ich denke, dass auch die Nährstoffversorgung der Haare eine wichtige Rolle spielt.

4. Weil die Menge FIN so gering ist, werde ich als weiteren DHT Blocker Saw Palmetto verwenden, welches auch im Podcast von Dr. Hubermann hervorgehoben wird.

5. Allgemein, achte ich bereits sehr auf meine Gesundheit und achte auf guten Schlafen, viel Bewegung und meine Ernährung. Hier ist vor allem guter Schlaf wichtig, als Quelle für die Produktion von STEM Zellen, welche nicht unerheblich sind, im Haarzyklus (s. Huberman Podcast). Weitere NEM's die ich verwende (aus anderen Gründen): Omega 3, L-Arginin, Eisen, Zink.

Die Aufzählung dient nur der Vollständigkeit und stellt natürlich keine Garantie dar, dass es

das Haarwachstum beeinflusst.

File Attachments

-
- 1) [Spender1.jpeg](#), downloaded 1819 times
-



2) Spender nach OP.jpg, downloaded 1500 times



3) Nach OP.jpg, downloaded 1675 times



4) Nach OP 2.jpg, downloaded 1459 times



5) [Tonsur 2022.jpg](#), downloaded 1771 times

