

---

Subject: 2000 Grafts bei Dr. Heitmann Dezember 2016  
Posted by [excubitor](#) on Mon, 09 Jan 2017 13:38:28 GMT

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

---

Hallo! Ich melde mich nach 8 Jahren zurück und berichte von meiner 2. OP bei Dr. Heitmann. Über die perfekte Organisation durch Herrn Krämer kam ich zu meinem Wunschtermin am 21.&22. Dezember 2016 in Zürich.

2008:[https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/m/47281/?srch=excubitor#msg\\_47281](https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/m/47281/?srch=excubitor#msg_47281)  
Geplant war wieder meinen Haarverlust so weit abzufangen, dass ich wieder einige Jahre unbeschwert leben kann. Damals hat es echt gut funktioniert.

Nach dem Beratungsgespräch und der Rasur der Haare am 21. Ging es so ca. um 11.00 Uhr los mit der HAT.

Geplant waren ca. 2000 Grafts-1000 vorne und 1000 auf die leider immer lichter werdende Tonsur.

Wir haben lange beraten, ob es nicht besser wäre, alles vorne zu verpflanzen, aber es bringt auch nichts in 2 Jahren hinten eine Lichtung am Kopf zu haben und vorne mega-dicht.

Wie bereits öfter berichtet, hat Dr. Heitmann seine Behandlungsmethode seit damals umgestellt und macht jetzt alles alleine. Eine Assistentin war am 1. Tag da; die OP bestreitet er allerdings komplett alleine.

Ich habe eine von diesen Schlaf/Beruhigungstabletten bekommen, was ich jedem empfehlen kann. Dadurch vergehen die ersten 4 Stunden wie im Flug. Bei Dr. Heitmann fühlt man sich vom 1. Moment an gut aufgehoben und vertraut ihm voll und ganz. Dadurch, dass er alles selbst macht, kann er die Anwachsrate nach eigener Aussage stark erhöhen. Ist eh klar, weil keine Assistentin ist so gut wie ein Arzt. Der Nachteil ist die lange Dauer der Op. Am 1. Tag dauerte es bis 2.15 Uhr und am 2. Tag von 10.00 Uhr bis 3.00 Uhr. Es gibt dort einen kleinen Fernseher, mit massig DVDs. Durch die Nähe zu Weihnachten, war aber das TV-Programm mit skifahren und Herr der Ringe gut gefüllt;-)

Nach dem 1. OP-Tag habe ich 4 Cortison/Antischwellungstabletten bekommen, am nächsten Tag 3, dann 2 usw. Dadurch habe ich, im Gegensatz zum letzten Mal, wo ich wie ein verprügelter Ork ausgesehen habe, keinerlei Schwellungen im Gesicht gehabt. Gut, auf der Stirn hatte ich eine leichte Beule, aber die Augen blieben komplett verschont. Zusätzlich gab es Schmerzmittel und Antibiotikum. Am 2. OP Tag ist mir so um Mitternacht das Stillliegen sehr schwer gefallen und ich wollte schon aufspringen und es gut sein lassen, habe aber durchgehalten.

Dr. Heitmann kann wirklich stundenlang mit ruhiger Hand arbeiten. Bis auf zwei 5 Minutenpausen und eine lange am Abend(ca. 1 h) zum Abendessen(2x leckere Pizza) hat er durchgearbeitet-Wow.

Die Tage nach der OP benötigte ich keinerlei Schmerzmittel mehr, aber geschlafen habe ich nicht so gut. Ich hatte Angst, mich im Schlaf am Kopf zu kratzen und bin immer nur dahingedämmert. Erst nach einer Woche hat es sich normalisiert.

Ich bin ein sehr vorsichtiger Mensch und so habe ich 13 Tage bis zur ersten Berührung an den verpflanzten Stellen gewartet. So kann ich Euch schon ein 17 Tages post OP Foto mitschicken.

Frage an die Runde: Wie lange habt ihr bis zum 1. Training im Fitnesscenter gewartet?

---

### File Attachments

1) [5 Tage post OP\\_7.jpg](#), downloaded 3390 times

---



2) [5 Tage post OP\\_10.jpg](#), downloaded 1838 times



3) [10 Tage post OP.jpg](#), downloaded 1951 times



4) [10 Tage post OP\\_Seite.jpg](#), downloaded 1984 times





Subject: Aw: 2000 Grafts bei Dr. Heitmann Dezember 2016

Posted by [excubitor](#) on Mon, 09 Jan 2017 13:39:26 GMT

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

---

16 Tage post OP

### File Attachments

---

1) [16 Tage post OP Front.jpg](#), downloaded 2327 times



2) [16 Tage post OP Tonsur.jpg](#), downloaded 1557 times



Subject: Aw: 2000 Grafts bei Dr. Heitmann Dezember 2016  
Posted by [Alex2013](#) on Tue, 10 Jan 2017 08:50:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey Excubitor,

also da muss man bisschen unterscheiden  
So richtig Kraftsport würd ich 4 Wochen lassen.  
bisschen "locker" ab 2 Wochen.  
Bist ja auch schon ein alter Hase im Gewerbe

sieh dir mal mein Anhang an, vielleicht hilft er dir weiter

## File Attachments

1) [PostOP 1-2.JPG](#), downloaded 2431 times

Postoperative Anweisungen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16-30	31
<b>I Alltagsaktivitäten</b>																	
Den Kopf ruhig halten																	
Keine Bürotätigkeiten																	
Keine körperlichen Anstrengungen																	
Behutsam niesen und vorsichtig die Nase putzen																	
Keine Reisen																	
Nicht Auto fahren																	
Nicht schwimmen																	
Meerwasser vermeiden																	
Keine sexuellen Aktivitäten																	
Keine Aufregung																	
FUE: Kein Sport																	
FUT: Kein Sport																	
Keine Kopfbedeckung																	
Bandana erlaubt (Bandana wird von der Klinik zur Verfügung gestellt)																	
Schwellungen																	
Nicht der Sonne aussetzen																	
Keine Zusammenstöße oder Schläge																	
Nicht die Grafts berühren																	
Keine Sauna-Besuche																	
Keine Solarium-Besuche																	
Kein Friseurbesuch																	
Kein Gebrauch von Haarteilen, Perücken oder Toupets																	
Vermeidung staubiger Bereiche																	
<b>II Schlafpositionen</b>																	
Benutzen eines abdeckenden Lakens																	
Schlafen einem Nackenkissen																	
Angemessene Schlafposition																	
Keine Schlaftabletten																	

Subject: Aw: 2000 Grafts bei Dr. Heitmann Dezember 2016  
Posted by [excubitor](#) on Tue, 10 Jan 2017 10:44:59 GMT

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

---

Hallo Alex und Danke für deine Übersicht.  
Ja ok also kein Vollgas im Fotnesscenter; damit kann ich leben;-)

6 Monate keine Sonne und im Gegensatz dazu 3 Monate kein Solarium finde ich allerdings schon lange.

---

---

Subject: Aw: 2000 Grafts bei Dr. Heitmann Dezember 2016  
Posted by [Blackster](#) on Thu, 12 Jan 2017 21:03:47 GMT

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

---

Sieht gut aus.  
Und mit Sonne dauerts ja eh noch 3-4 Monate

Wie hoch war denn die Anwuchsrate der ersten HT ungefähr ?

---

---

Subject: Aw: 2000 Grafts bei Dr. Heitmann Dezember 2016  
Posted by [excubitor](#) on Fri, 13 Jan 2017 08:18:29 GMT

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

---

Ja stimmt;-)

Ich kann dir das nicht genau beantworten; es wurden damals 2200 Grafts auf 50 60 qcm Fläche verpflanzt. Die Anwuchsrate war gut, allerdings sind glaube ich viele "alte" Haare ausgefallen und ich hätte vorne überhaupt keine Haare mehr gehabt, wenn ich keine HT gehabt hätte.

---

---

Subject: Aw: 2000 Grafts bei Dr. Heitmann Dezember 2016  
Posted by [Amok](#) on Sat, 04 Mar 2017 21:41:07 GMT

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

---

Lese ich das richtig und laut deiner Liste soll man nur 7 Tage kein Sport machen?

---

---

Subject: 3&4 Monate post OP  
Posted by [excubitor](#) on Mon, 17 Apr 2017 08:05:42 GMT

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

---

Hallo@all!

Die letzten Monate waren hart, aber es wurde täglich besser. Jetzt bin ich auf einem Niveau, wo

---

meine alten Haare nachgewachsen sind und ich glaube, dass schon in der Front einige neue Haare anwachsen. Zum Glück verdecken meine Resthaare auch ordentlich die Tonsur.

Ich sag Euch aber ehrlich: Es kommt nur auf den Lichteinfall und darauf an, ob die Haare frisch gewaschen sind oder nicht;-)

### File Attachments

---

1) [3 Monate post Op Front.jpg](#), downloaded 2493 times





2) [4 Monate post Op 3.jpg](#), downloaded 2044 times



3) [4 Monate post Op Front.jpg](#), downloaded 2550 times



Subject: Aw: 3&4 Monate post OP  
Posted by [HAIRison Ford](#) on Sun, 05 Nov 2017 14:15:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hättest du hier vielleicht ein kleines Update für uns? Vielen Dank vorab!

---

Subject: Aw: 2000 Grafts bei Dr. Heitmann Dezember 2016  
Posted by [hallowelt](#) on Mon, 06 Nov 2017 17:00:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Naja, schwaches Haarlinien-Design von Heitmann und dass er überhaupt so wenige Graft auf so großer Fläche macht (machen wollte).. Sorry, für mich sieht das nach nix aus. Und dann teuer..

---

Subject: Aw: 2000 Grafts bei Dr. Heitmann Dezember 2016  
Posted by [Gasthörer](#) on Mon, 06 Nov 2017 21:59:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Heitmann scheint wirklich ein "Extrem" zu sein im Sinne von: Macht alles selbst.  
Grundsätzlich finde ich gut wenn der Arzt viel macht, aber alles? Da bin ich auch nicht sicher, ob das nicht ermüdet.

Trotzdem sehe ich noch nicht, dass das Haarlinien Design schlecht sein soll? Was ist schlecht daran?  
Über die Dichte (also wie dicht gesetzt wurde) kann man mit Sicherheit diskutieren.

---

Subject: Aw: 2000 Grafts bei Dr. Heitmann Dezember 2016  
Posted by [Foggy53i](#) on Tue, 07 Nov 2017 05:42:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Warum sind generell fast keine Ergebnisse mehr von Heitmann zu sehen?

---

Subject: Aw: 2000 Grafts bei Dr. Heitmann Dezember 2016  
Posted by [shampoo](#) on Tue, 07 Nov 2017 08:38:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Naja Heitmann macht alles selber...daher behandelt er max. 2 Personen pro Woche. Andere machen 20 Personen pro Woche. Dadurch ist die Anzahl Berichte natürlich sehr viel geringer. Der Bericht zeigt ja die 4 Monats Bilder....nach dieser Zeit (wie schon 1000x diskutiert) ist noch kein wirkliches Resultat zu sehen. Nach 12 Monaten kann man über die Ergebnisse von den meisten Anbietern urteilen ausser es wurde extrem gefuscht.

---

---

Subject: Aw: 2000 Grafts bei Dr. Heitmann Dezember 2016  
Posted by [Gasthörer](#) on Tue, 07 Nov 2017 11:04:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Natürlich gibt es noch kein Resultat. Aber Design der Haalinie und gesetzte Dichte kann man direkt beurteilen.

---

Subject: Aw: 2000 Grafts bei Dr. Heitmann Dezember 2016  
Posted by [hs41279](#) on Tue, 07 Nov 2017 11:14:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mir gefällt der Zwischenstand 4 Monate nach der 2. HT nicht. Die 1. OP war ja im Dezember 2008 und in der Zwischenzeit sind anscheinend alle nicht transplantierten Haare ausgefallen? Jetzt sieht man ein sehr undichtes Ergebnis der 1. HT. Für das viele Geld (2 HTs bei Heitmann) wäre ich extrem enttäuscht.

---

Subject: Aw: 3&4 Monate post OP  
Posted by [egal123](#) on Sun, 24 Jun 2018 09:41:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Threadersteller...

Könntest du bitte hier ein kurzes Update liefern?

Mit oder ohne Bilder - hauptsache Update. Danke :p

---

Subject: Aw: 3&4 Monate post OP  
Posted by [StefanDG](#) on Tue, 19 Nov 2019 22:26:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Würde mich auch interessieren.

---