
Subject: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Tue, 11 Jul 2017 08:26:05 GMT

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

Hallo

Nachdem ich fast anderthalb Jahre ein stiller Leser und Nutznießer in diesem Forum war, habe ich jetzt auch schlussendlich den Schritt gemacht und eine HT bei Dr. Özgür bzw. Dr. Akin hinter mich gebracht. Wie die meisten hier, die ihre Erfahrungsberichte schreiben, möchte auch ich dem Forum etwas zurückgeben, da es mir eine Riesen-Hilfe war, die, wie ich glaube, richtige Entscheidung zu treffen.

Ich möchte versuchen, diesen Bericht eher für die Unentschlossenen zu schreiben und daher versuchen, so viele aktuelle Tipps und Informationen einfließen zu lassen wie möglich, aber natürlich werde ich es auch nicht vermeiden, meine HT und die Zwischenstands-Fotos abzufeiern..

Here we go:

Erblich bedingt hatte ich schon immer auch als Teenager sehr hohe Geheimratsecken. Grundsätzlich hatte ich damit auch nie ein Problem, ich glaube wir alle kennen ja die Tricks und Kniffe, die man anfangs anwendet, um die Haare von links nach rechts und wieder zurück zu kämmen

Leider schienen diese beiden Geheimratsecken allerdings irgendwie eine Verabredung miteinander gehabt zu haben, denn seit ca. vier, fünf Jahren bildete sich eine Insel bei mir auf der Stirn liebevoll „Bürzel“ genannt. Zu intensiv war meine Liebe für das Bürzelchen allerdings nicht, so dass schnell der Entschluss stand, eine dauerhafte Lösung zu finden. Nach intensivem Lesen im Forum war mir schnell klar, dass meine HT eine FUE werden wird und sehr schnell kristallisierte sich für mich heraus, dass es in der Türkei sein wird. Dies nicht nur wegen des immer nach großen Preisunterschieds, sondern einfach auch, weil hier halt echtes Know-How im Bereich FUE vertreten ist. Da ich befürchtete, dass mein Donor nicht ausreichen könnte, schrieb ich die HLC Klinik als erste an, da Dr. Özgür sich wohl auf Bodyhair Transplantationen spezialisiert hatte und lt. Forum hier einen guten Ruf genießt.

Die Kontaktaufnahme fand direkt über die Website statt, ich schickte sofort ein paar Fotos meiner Haare bzw. Frisur mit, so dass wir gleich konkret sprechen konnten. Innerhalb einer Woche bekam ich prompte Rückmeldung mit einer groben Schätzung bzw. einem Vorschlag, was man bei mir machen könnte und wie viele Grafts Dr. Özgür hierfür in etwa veranschlagen würde. Ebenfalls das Angebot, im persönlichen Telefonat nach einer Terminmöglichkeit zu schauen, wenn mein Entschluss gereift sei.

Alles in allem also gleich sehr konkret, trotzdem aber auch unaufdringlich, sodass ich nicht das Gefühl hatte, man würde mir etwas aufschwätzen. Dieses professionelle Vorgehen gefiel mir und ein möglicher Termin war schnell gefunden.

Tipp: Wenn man einigermaßen flexibel ist und Termine wahrnehmen kann, die die HLC vorschlägt (weil ihnen wer abgesprungen ist oder sonst wie Vakanzen da sind), bekommt man nicht nur sehr kurzfristige Termine, sondern obendrein auch noch den Preis/Graft reduziert.

Im Telefonat machten wir so einen Termin für vier Wochen später klar. Aufgrund unseres Email-Verkehrs wurden von Dr. Özgür für das reine Schließen der GH ca. 2.400 2.600 Grafts veranschlagt, es wurde aber fairerweise klar gesagt, dass eine „Ferndiagnose“ nicht die direkte Beratung ersetzen kann und man sich nicht an die Zahl klammern sollte.

Nachdem der Termin also fix war, machte ich mir in den folgenden vier Wochen bis zur HT konkrete Gedanken, wie meine Haarlinie denn ausschauen sollte. Denn schließlich soll es ja eine hoffentlich dauerhafte Entscheidung sein. Ich wählte eine vergleichsweise konservative Linie, bei der ich den unteren Rand meines Büzels als Reverenz nahm. Des weiteren wollte ich auch weiterhin höhere Ecken haben, denn es ging mir ja um eine Verbesserung, nicht um eine Veränderung meines Gesichts. Obendrein bin ich auch kein 16-jähriger Südländer, sondern 47-jähriger blond/grauer Westfale.

Tipp: Wenn Ihr Euch für eine HT (egal wo) angemeldet habt, dann nehmt Euch vorher viel Zeit, Euch über die Haarlinie und das gewünschte Ergebnis intensive Gedanken zu machen. Stellt Euch mit dem Kajalstift vor Euren Spiegel und malt drauf los, schaut Euch alte Fotos von Euch an oder zieht Personen Eures Vertrauens hinzu und fragt nach deren Meinung. Denn vielfach hat man selbst (ich anfangs auch) überzogene Vorstellungen vom gewünschten Ergebnis und „verschwendet“ hinterher womöglich Donor-Reserven für eine Haarlinie kurz über den Augenbrauen, die zehn Jahre später eher unglaublich aussieht und wo man die verbleibenden Grafts besser in der dann aufkommenden Tonsur investiert hätte. (Wobei ein verantwortungsvoller Arzt davon hoffentlich auch abrät)

Ich mache jetzt mal einen Zeitsprung, denn Flugbuchung und Anreise lief wie bei allen anderen HLC-Berichten hier auch reibungslos und unspektakulär. Ach nee, einen Tipp habe ich hierzu noch:

Tipp: Die HLC bietet die kostenlose Übernachtung im eigenen Patienten-Apartment an. Dies kann ich sehr empfehlen. Als ich anreiste, war das Apartment noch voll belegt, daher wurde ich von HLC zuerst im Hotel schräg gegenüber untergebracht und kann nun beide Möglichkeiten gut vergleichen. Das Hotel (Vier Sterne, sehr sauber und modern) ist sicherlich bequemer und luxuriöser, man hat sein eigenes Bad und Unabhängigkeit während man im Apartment mit insgesamt vier Leuten eher in einer „Transplantierten-WG“ wohnt. Aber genau das fand ich sehr hilfreich: Man kann sich abends mit Leidensgenossen unterhalten, Erfahrungen austauschen und sich gegenseitig moralische Unterstützung geben. Obendrein habe ich so Mitpatienten aus Irland, Neuseeland, Israel und Österreich kennen gelernt.

So, jetzt aber der Zeitsprung zum ersten OP-Tag: Nach der obligatorischen Blutabnahme ging es dann mit der OP-Planung los. Diese wird immer von Dr. Özgür durchgeführt. Obwohl er selbst mittlerweile nur noch die Brust- bzw. Barthaar Transplantationen durchführt und die „Standard-OPs“ seinen angestellten Ärzten überlässt (Ärzte, niemals Assistenten!), so nimmt er die Planung jeder einzelnen HT aber immer persönlich vor. Anfangs für mich eine etwas ungewöhnliche Situation: Man sitzt vor einer großen Spiegelwand und das gesamte OP-Team, auch die Ärzte, die einen später womöglich gar nicht operieren, schaut mit über die Schulter, während Dr. Özgür mit einem die gewünschte Haarlinie bespricht. Durch dieses Vorgehen erreicht er immer einen gleichbleibenden Standard. Beim Haarlinien-Design macht er Vorschläge, das letzte Wort habt Ihr aber als Patient. So schlug er mir auch vor, meine über die Jahre verschwundenen Schläfendreiecke mit jeweils

200 Grafts wieder altersgemäß (Stichwort: 47-jähriger Westfale) herzustellen um damit eine Helm-ähnliche Optik zu vermeiden, wenn die waagerechte Haarlinie wiederhergestellt wäre, es links und rechts aber senkrecht runter ginge. Da ich vorher hier im Forum immer wieder gelesen hatte, dass die meisten HT-Ärzte sich nicht an Schläfendreiecke herantrauen, war ich natürlich positiv überrascht, dass er dies von sich aus anbot. Ebenfalls riet er mir, das eingangs erwähnte „Bürzelchen“ zu verdichten, um hier nicht eines Tages nacharbeiten zu müssen. Schlussendlich kamen wir dadurch auf eine Planung von 3.500 Grafts. Nach dem Vermessen meines Donors schätzte er mein Spender-Potential auf 7.000 Grafts ein, sodass kein Brust- oder Barthaar benötigt wurde.

Tipp: Verlasst Euch nicht auf vorher per email gemachte Schätzungen, was die benötigte Graftzahl angeht. Klammert Euch also nicht an solche Zahlen, sondern setzt Euch lieber ein Budget mit etwas Puffer nach oben, um so ggf. auf eine geänderte Planung reagieren zu können. Wie eingangs erwähnt, kann der Arzt immer nur vor Ort und „am Objekt“ genau feststellen, was gemacht werden kann bzw. sollte.

Da in der HLC in der Regel nicht mehr als 1.200 Grafts/Tag verpflanzt werden, wurde die gesamte HT auf 3 Tage angesetzt. Mir wurde Dr. Akin als zuständiger Operateur vorgestellt, ein Baum von Mann mit Wikinger-Bart und Ohrring, aber extrem präzise, ruhig und ausgeglichen.

Vorweg zur OP: Eine Haartransplantation ist eine Operation, kein Friseurbesuch. Das sollte einem vorher klar sein. Wie erwähnt verbrachte ich insgesamt drei Tage jeweils ca. 7-8 Stunden im OP und obwohl man ja eigentlich nur „rumliegt“ ist es körperlich doch sehr anstrengend. Zumal man oftmals auch bestimmte Positionen über lange Zeit ruhig halten muss.

Tipp: Nehmt Euch für die OPs bequeme Kleidung mit. Da eine HT nur halbsteril durchgeführt wird, muss man sich nicht völlig entkleiden, sondern kann seine private Kleidung anbehalten und bekommt nur sterile Kleidung bzw. Abdeckung darüber. Ich empfehle Euch weite Hemden und Jogginghose. Nichts, was eng über den Kopf gezogen werden muss.

Der OP-Rhythmus war in den drei Tagen immer gleich: Morgens erst Frühstück in der Klinik, dann ab in den OP, Entnahme der ersten 500-700 Grafts, kurze Pause, dann sofortiges Einsetzen der Grafts. Dann Mittagspause mit Essen, gefolgt von der nächsten Entnahme, Pause und wieder einsetzen. Zu den Pausen wird der Kopf immer verbunden, sodass man den OP-Bereich verlassen kann und sich ein wenig bewegen kann. Zur Entnahme bekommt man eine leichte Sedierung („Dämmer Schlaf“), der ich anfangs skeptisch gegenüberstand, im Nachhinein bin ich aber heilfroh drüber: Zum einen verstreicht die Zeit schneller, denn ich habe die Entnahme immer komplett verschlafen, zum anderen habe ich so auch die Anästhesie-Spritzen in den Kopf nicht mitbekommen. Diese konnte ich dann vor dem Implantieren der Grafts aber umso mehr „genießen“.. Die Spritzen in die Stirn sind meiner Meinung nach echt schmerzhaft. Wer etwas anderes behauptet hat ne gestörte Körperwahrnehmung

Apropos Medikamente: Eine HT in der HLC ist nichts für den Freund der sanften, alternativ/homöopathischen Medizin, das sollte einem vorher klar sein. Man bekommt eine zehn-tägige Antibiotika-Kur gegen mögliche Entzündungen, Schmerzmittel, Steroide gegen die Schwellung, lokale Anästhesie, Sedierung und obendrauf noch Tabletten, damit der Magen das mitmacht. Nach der OP nimmt man noch 30 Tage Blut-verdünnendes Aspirin ein, um die Versorgung der Follikel zu optimieren.

Nach dem überstandenen OP-Marathon fanden am letzten Tag die Abschlussgespräche statt. Zuerst mit meinem Operateur, Dr. Akin, danach mit Dr. Özgür. Hierbei wurden vor allem die Nachsorge und weitere Möglichkeiten für die Zukunft (Minox, Finasterid, möglicher weiterer Verlauf des Haarausfalls etc.) besprochen.

Die Rückreise ist dann auch noch ein Kapitel für sich, denn letztlich fliegt man 2.000 Kilometer heim mit nem Kopf, der optisch eher einer ausgerollten türkischen Pizza gleicht, als dem Ergebnis einer überstandenen „Schönheitsoperation“. Dr. Akin empfahl mir, auf der Rückreise keine Kopfbedeckung zu tragen, um so möglichst viel Luft an die Wunden zu lassen. Das wollte ich meinen mitreisenden Fluggästen dann aber doch nicht zumuten, so daß ich mir im Vorfeld Zuhause über amazon ein Käppi in der Hutgröße XXL besorgt habe, das ich locker über dem wunden Kopf getragen habe. Und ja, man muss das Käppi an den Grenzkontrollen und beim Security-Check absetzen. Da muss man durch.

Tipp: Ich habe mich für die Reise für die Business Class entschieden. Das hat gerade bei der Rückreise den Vorteil, dass man stressfreier und unauffälliger reisen kann. Zum einen kann man sich für die Wartezeit in eine ruhige Ecke der jeweiligen Business-Lounges zurückziehen, man kommt schneller an Bord und wieder raus und obendrein kann man sich, zumindest bei der Lufthansa, im Vorfeld den Platz in der Kabine vor dem Trennvorhang zur Economy reservieren, sodass man die Kappe auch mal absetzen kann und es starrt einem keiner von hinten auf den Kopf. Das Upgrade auf Business hat mich jetzt für die Reise Berlin/Ankara 250 Euro mehr gekostet, aber wenn man für das Projekt eh schon viel Geld in die Hand nimmt, dann war's mir im Nachhinein den Vorteil wert. Zumal mir gerade am letzten Tag auch noch eine Schwellung von der Stirn sauber über das Auge lief, sodass ich echt aussah wie der Glöckner..

Fazit, bevor endlich die Fotos kommen: Ich glaube, mit meiner HT in der Hairline Clinic Ankara genau die richtige Entscheidung getroffen zu haben. Zuallererst habe ich mich fachlich dort enorm gut aufgehoben gefühlt. Man merkt einfach, dass Dr. Özgür und Kollegen seit 15 Jahren auf dem Gebiet tätig sind. Die Ärzte dort sind keine Halbgötter in Weiß, sondern sehen sich eher als Berater, die versuchen, Deine Wünsche zu realisieren, die es Dir aber auch klar sagen, wenn etwas nicht möglich ist.

Neben dem Fachlichen fand ich aber auch das zwischenmenschliche Klima enorm angenehm. Man wird als Patient an keiner Stelle des Prozesses alleine gelassen. Sei es bei der vorherigen Terminabstimmung oder aber auch vor Ort. Der deutsch/türkisch/englisch-sprachige Patientenbetreuer leistet einen enormen Job und bestellt Dir obendrein abends auch noch ein Döner-Gericht ins Apartment, wenn Du Hunger hast. Ich habe ungelogen vor Ort in kein einziges unfreundliches oder genervtes Gesicht geschaut. Spricht sicherlich auch für das Arbeitsklima vor Ort.

Bestes,
Zweifler2

PS: Abschließend sollte ich nun echt meinen Profilnamen ändern..

File Attachments

1) [HT Hairline 3.500 Grafts.pdf](#), downloaded 2950 times

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [_Mario](#) on Tue, 11 Jul 2017 08:48:43 GMT

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

Herzlichen Glückwunsch zu diesem Schritt und Happy Growing!

Sehr ausführlicher und sympathischer Bericht bis jetzt!

Da häng ich mich gleich dran, nicht zuletzt, da ich auch bereits einer der eher älteren Forumsteilnehmer bin.

Wir lechzen alle nach Fotos

PS: auch ich stand vor ein paar Monaten mit Kajal vorm Spiegel und pinselte mir Linien auf die Haut

Auch das von dir beschriebene kaschieren der GHE kenne ich zur Genüge!

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Mona](#) on Tue, 11 Jul 2017 15:15:42 GMT

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

Das ist wirklich eine klasse Dokumentation - und ist auch unterhaltsam formuliert, gefällt mir sehr gut!

Alles Gute dir...

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [butzke](#) on Wed, 12 Jul 2017 07:57:10 GMT

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

Happy growing! Bin gespannt wie die Schläfen werden

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Zweifler2](#) on Wed, 19 Jul 2017 11:16:01 GMT

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

Hallo

Da ich mich ja entschlossen habe, diesen Thread hauptsächlich für die „Neulinge“ bzw.

„Noch-Unentschlossenen" zu schreiben, fasse ich jetzt mal die ersten 14 post-OP-Tage zusammen, damit Ihr einen Eindruck bekommt, was da vielleicht auf Euch zukommt. Alles in allem war es eine echte Berg-und Talfahrt, aber dazu jetzt im Einzelnen mehr:

Wie schon im vorigen Bericht erwähnt, zog ab dem ersten post-OP Tag eine dicke Schwellung mein Gesicht herunter. Das fing schon vor dem Abflug in Ankara an, sodass Dr. Akin nur grinsend kommentierte: „Congratulations, only 10 percent of our patients get a swelling like this..“ Anfangs war diese Schwellung noch vergleichsweise dezent, danach veränderte sich mein Äußeres eher Richtung Klingone, zur „Hoch-zeit" waren dann zeitweise beide Augen so zugeschwollen, dass ich aussah, als hätte ich ne richtig heftige Schlägerei gehabt - und verloren. Das Ganze verhagelte mir dann die ersten Tage Zuhause ein wenig, denn wirklich alltagstauglich war ich so nicht. Am vierten post-OP-Tag hatte sich die Schwellung dann vorübergehend in meinen Tränensäcken breitgemacht, sodass ich aussah, wie Inspektor Derrick zu seinen besten Zeiten aber immerhin konnte ich so schon mal wieder vor die Tür.

Was den Wundheilungsverlauf angeht, war alles bei mir, wie ich es auch schon vorher hier oft im Forum gelesen habe: Die ersten beiden Tage nässte der Entnahme-Bereich am Hinterkopf noch ein wenig, was aber hauptsächlich nur nachts ein Problem war, das ich mit einem alten T-Shirt über dem Kopfkissen löste. Am dritten Tag war der Donor-Bereich trocken und in den folgenden Tagen recht gut verheilt. Die Krusten am Vorderkopf waren ab dem achten Tag nahezu gänzlich verschwunden.

Anweisung von Dr. Akin war es, den Donor-Bereich die ersten drei Tage mit Bepanthen Lotion fünf mal täglich einzucremen, das Empfänger-Areal sollte ich regelmäßig mit Kochsalzlösung besprühen und feucht halten (beides bekam ich von der HLC mitgegeben) Erst ab dem vierten Tag durfte ich meinen Kopf mit klarem Wasser in Berührung bringen, ab dem achten ganz sanft mit SebaMed Shampoo waschen, ab dem elften ganz normal waschen.

Ab dem fünften Tag ungefähr fing das Empfänger-Areal trotz stetigen Sprühens stark an zu spannen, sodass ich irgendwann auch den Vorderkopf mit der Lotion eincremte. Großartiger Tipp übrigens hier aus dem Forum, da sich die Krusten so deutlich schneller lösten und die Spannung wieder nachließ.

Was Schmerzen angeht, so hatte ich zwar von Dr. Akin Schmerzmittel mitbekommen, brauchte diese aber ab dem ersten Tag schon nicht mehr. Trotzdem war gerade am Anfang an durchschlafen nicht zu denken, da der Donor sich nachts im Liegen schon noch bemerkbar machte. Vom Gefühl ist es eher mit einem starken Sonnenbrand als mit echten Schmerzen zu vergleichen. Eher unangenehm als schmerzhaft. Wach hält es einen trotzdem bzw. ich wurde immer wach, wenn ich zu lange in einer bestimmten Position lag. Mittlerweile schlafe ich aber wieder durch.

Die neuen Haare sind noch drin und das Ergebnis kann sich meiner Meinung nach sehen lassen. Und wie alle hier hoffe ich natürlich auch, dass ausgerechnet ich vom postoperativen Haarausfall verschont bleibe und die Haare direkt weiterwachsen, aber wie bei allen hier wird das wohl ein Wunsch bleiben. Das Empfänger-Areal ist noch recht gerötet, mit den Haaren drüber geht es einigermaßen, blöd wird es halt, wenn die neuen Haare dann ausfallen und die rote Kopfhaut übrig bleibt. Vielleicht probiere ich aber auch bald den Tipp mit dem Aloe Vera Spray, den ich hier im Forum gelesen habe.

So, was kann ich noch berichten? Vom Gefühl her ist der Donor-Bereich noch sensibel, aber nicht mehr überempfindlich. Der Empfänger-Bereich fühlt sich noch taub an. Das soll aber wohl normal sein.

Grundsätzlich kann ich allen, die einen solchen Schritt überlegen, nur raten, hierfür mindestens 14 Tage Urlaub einzuplanen, da man die ersten Tage echt mit sich beschäftigt ist und, wie erwähnt, die Heilungsphase wg. Schlafentzugs eher anstrengend ist. Hinzu kommt, dass ich mit meinem verquollenen Gesicht echt nicht ins Büro hätte gehen wollen.

Apropos Büro: Auf der Arbeit gehe ich sehr offen mit dem Thema um, denn natürlich fällt es den Leuten auf, dass ich a) auf einmal rasselkurze Hare trage und diese b) auch noch tiefer im Gesicht und c) leicht rot/violett unterlegt sind. Negative Reaktionen habe ich bisher keine erhalten, es kamen witzigerweise andere männliche Kollegen auf mich zu und wollten Hintergrundinfos haben, da sie ähnliches planen.

So, das wars erst einmal, Fotos folgen morgen!

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Eunaldo](#) on Thu, 20 Jul 2017 09:13:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sehr guter Beitrag - ich bin mal gespannt über den weiteren Verlauf

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Zweifler2](#) on Thu, 20 Jul 2017 14:40:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

Wie versprochen heute die "14-Tage-post-OP-Bilder"

File Attachments

1) [14 Tage post OP.pdf](#), downloaded 1655 times

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [schubidu21](#) on Thu, 20 Jul 2017 16:52:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Cooler und ausführlicher Bericht
Sieht gut aus soweit!
Deine Schwellungen waren aber echt heftig

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Zweifler2](#) on Thu, 20 Jul 2017 18:57:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Besten Dank.

Ja, die Schwellungen waren so heftig, dass ich noch nichtmals die Fotos anonymisieren musste, denn darauf sehe ich mir sowas von überhaupt nicht ähnlich....

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Zweifler2](#) on Tue, 25 Jul 2017 11:50:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

Zeit für einen "Drei-Wochen-Zwischenstandsbericht":

So ganz langsam, aber leider auch sicher, fallen die ersten transplantierten Haare jetzt aus, wie mir beim Blick auf meine weiße Schreibtischplatte auffiel. Jetzt heißt es wohl tapfer und geduldig sein..

Wie befürchtet ist die Kopfhaut noch sehr gerötet, sodass ich die nächsten Wochen wahrscheinlich viel erklären muss. (Beste Frage bis jetzt: "Hattest Du eine Laser-Behandlung?", gefolgt von: "Ist das ein Sonnenbrand, weil die Haare jetzt so kurz sind?")

Wie gesagt, gehe ich da recht offen mit um. Wer ehrlich fragt, bekommt ne ehrliche Antwort.

Ansonsten wird die Kopfhaut von der Sensibilität her immer besser. Der Donor ist bis auf die rechte Seite (hier wurde zuletzt am dritten OP-Tag entnommen) eigentlich wieder so sensibel bzw. unsensibel wie vor der HT. Das Empfängergebiet ist nach-wie-vor noch taub.

Die Bepanthen Lotion benutze ich noch 1-2x am Tag, auf jeden Fall immer nach dem Duschen morgens. Obendrein wäre es auch schade, die noch halbvolle Flasche wegzuwerfen..

Zusätzlich habe ich jetzt auch angefangen, mit Aloe Vera Spray (ohne Alkohol!) zu experimentieren, da es gegen die Rötung helfen soll. Bin da aber noch vorsichtig, da Dr. Özgür damals kein großer Fan davon war, als ich ihn drauf ansprach. Er meinte, man solle der Haut einfach die Zeit lassen, sich selbst zu heilen.

Falls jemand von Euch noch weitere Tipps hat, was man für ein schnelleres Abklingen der Rötung machen kann: nur her damit!

Ansonsten kann ich noch berichten, dass ich sehr vom SebaMed Shampoo begeistert bin. Vor der HT hatte ich immer mit trockener Gesichtshaut zu kämpfen. Seitdem ich auf das ph-neutrale Shampoo umgestellt habe, ist das Problem weg. Wäre nie darauf gekommen, dass es damit zusammenhängen könnte.

So, anbei jetzt die neuesten Fotos. Werde zum Vier-Wochen-Jubiläum noch neue hochladen und ab da immer monatlich.

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Zweifler2](#) on Tue, 25 Jul 2017 11:52:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hier die Fotos:

File Attachments

1) [3 Wochen post-OP.pptx](#), downloaded 859 times

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Zweifler2](#) on Tue, 25 Jul 2017 11:55:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

shit.. - habe vergessen, in pdf umzuwandeln - jetzt aber:

File Attachments

1) [3 Wochen post-OP.pdf](#), downloaded 1109 times

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Feloni](#) on Fri, 28 Jul 2017 04:50:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

die 14 Tage post OP Bilder sehen schon sehr gut aus.

Allein wie die Haare gesetzt worden sind (Wuchsrichtung und Dichte),
kann man erkennen das es ein super Ergebnis wird!

Ich bin beeindruckt wie gut HLC arbeitet.

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Zweifler2](#) on Fri, 28 Jul 2017 09:30:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

cool - danke!

Bin auch sehr zufrieden.

Einzig die Hautfarbe darunter stört mich noch..

Blonde Hare auf violetterm Untergrund schauen irgendwie blöd aus.

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [_Mario](#) on Fri, 28 Jul 2017 09:45:19 GMT

Zweifler2 schrieb am Fri, 28 July 2017 11:30 Einzig die Hautfarbe darunter stört mich noch.. Blonde Hare auf violetterm Untergrund schauen irgendwie blöd aus. Schonmal getönte Gesichtscreme ausprobiert? Ich hatte für die schlimmste Zeit die Nivea BB (= Blemish Balm), gibt's auch von anderen Herstellern. Ist ja eine Pflegecreme, ich hatte null Probleme damit. Man braucht auch nicht viel davon. Für den krassen Farbunterschied zwischen Stirn und neuer Haarlinie waren es ca. 2x Erbsengroß. Trotzdem natürlich erstmal vorsichtig an einer Stelle testen!

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Zweifler2](#) on Fri, 28 Jul 2017 10:35:24 GMT

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

Danke für den Tip! Werde mal zum nächsten dm gehen und nachschauen. Hat wer Erfahrung mit Heilerde?

Bin ein wenig hin und hergerissen.. Zum einen sagte Dr. Özgür damals: "Einfach heilen lassen, keine Chemie drauf" Zum anderen stört es mich halt schon ziemlich, da es so extrem offensichtlich ist und ich auch nicht den ganzen Tag mit Kappe rumrennen kann/will. Ein Käppi sieht in meinem Alter sehr nach Midlife Crisis aus, finde ich..

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [_Mario](#) on Fri, 28 Jul 2017 12:03:42 GMT

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

Zweifler2 schrieb am Fri, 28 July 2017 12:35 Hat wer Erfahrung mit Heilerde? Auch ich

Zweifler2 schrieb am Fri, 28 July 2017 12:35 Bin ein wenig hin und hergerissen.. Zum einen sagte Dr. Özgür damals: "Einfach heilen lassen, keine Chemie drauf" Heilerde ist keine Chemie. Schau dir die Zutaten an. Manche User tendieren nach Anwendung von Heilerde zu trockener Kopfhaut, das war bei mir definitiv nicht so. Vorsorglich habe ich wahlweise Bepanthol oder Aloe Vera Gel nach der Heilerde-Behandlung aufgetragen. Nehme Heilerde 4 Monate nach der OP immer noch her, ich hab schon das Gefühl, dass es oberflächliche Entzündungen (Pickel) hemmt; außerdem hat es einen leichten Peeling-Effekt, abgestorbene Hautschüppchen braucht man nicht zwingend auf dem Kopf. Außerdem kühlt es angenehm. Anfangs habe ich das Pulver von Luvos genommen ("Heilerde 2") und selber angemischt, mittlerweile finde ich die fertige Paste von Bullrich ganz praktisch. Bei letzterer ist halt etwas Konservierungsmittel drin, falls du extremer Natur-Freak sein solltest Das Ganze lasse ich dann ca. 1h drauf (sollte halt gut durchgetrocknet sein), übrigens auch auf dem Spenderbereich. Ob's letztendlich Einfluss auf die Rötungen hat, kann ich nicht sagen. Ich hatte (immer leichter werdende) Rötungen bis ca. 3 Monate Post-OP.

Zweifler2 schrieb am Fri, 28 July 2017 12:35 Zum anderen stört es mich halt schon ziemlich, da es so extrem offensichtlich ist und ich auch nicht den ganzen Tag mit Kappe rumrennen kann/will.

Ein Käppi sieht in meinem Alter sehr nach Midlife Crisis aus, finde ich..Setz dir auf, womit du dich am wohlsten fühlst und sch... auf die Meinung anderer. Die meisten werden nicht viel Gedanken über deine Kopfbedeckung verlieren oder es zumindest ziemlich schnell wieder vergessen, glaub mir. Es gibt wichtigeres
Lieber denken die sich "der hat Midlife Crisis" als "der hatte ne HT" - kannst du dir aussuchen. Es gibt übrigens auch nette Hütte oder Schiebermützen, wenn dir das mehr behagt.
Bezüglich Alter: ich bin Mitte 40 und ein Cap ist bei mir nichts ungewöhnliches. Muss halt der Rest der Kleidung auch passen, mit Anzug schaut's z. B. seltsam aus.
Aber schau mal nach USA: da haben gefühlt 3 von 4 männliche Wesen in der Freizeit (und nicht nur da!) ein Cap auf. Gerade im Sommer mit etwas legerer Kleidung altersübergreifend überhaupt kein Grund sich zu schämen.

Mach dir über die Gedanken der Anderen nicht so viele Gedanken, wie gesagt, wenn überhaupt sind deren Gedanken nur sehr temporär, die schlimme Phase geht in ein paar Wochen vorüber und dann ist das Alles vergessen

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Zweifler2](#) on Fri, 28 Jul 2017 12:28:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für die Tipps!
Habe jetzt nicht wirklich ein Problem mit meinem Selbstbewusstsein und gehe mit der HT eigentlich sehr offen um. Trage bspw.im Büro gar nix auf dem Kopf und habe auch aus der HT kein Geheimnis gemacht.

Bin jetzt nur am Wochenende auf ner Hochzeit eingeladen und da wollte ich jetzt nicht mit Anzug und Käppi rumlaufen - bin ja gottseidank nicht Donald Trump...

Von daher war Dein Tipp mit der getönten Creme sehr hilfreich.
Die Heilerde werde ich mal mittelfristig ausprobieren.

Vielen Dank!

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Zweifler2](#) on Mon, 07 Aug 2017 15:15:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

So, schon der 07.08. heute, höchste Zeit für mein

1. Monat-Update

Und was soll ich sagen? Ich seh dann halt mal scheiße aus..

Ab der dritten Woche fing der postoperative Haarausfall an. Erst auf der Seite, die am ersten OP-Tag behandelt wurde, danach dann die andere Seite.

Das Ganze ging relativ schnell und innerhalb von drei oder vier Tagen waren die neuen Haare wieder futsch. Dr. Özgür sprach davon, dass in der Regel 40-80% der neuen Haare wieder ausfallen und insgeheim hoffte ich natürlich, zu den glücklichen 40%-igen zu gehören, aber falsch gedacht:

Ich bin eher so ein 80%-iger..

Naja, immer hübsch positiv bleiben. Was zuerst geht, kommt auch zuerst wieder. Und in der Tat hatte ich schon zwei Pickelchen auf dem Kopf, die ich ganz stolz Zuhause vorzeigte, wie damals mit 12.. Aber wahrscheinlich sind es nur Hautirritationen, denn nach einem Monat wäre es schon sehr früh, wenn das jetzt neues Wachstum wäre.. Egal, wie gesagt: positiv bleiben!

Die Rötung ist immer noch da, klingt aber schon gaaaanz langsam weiter ab. Deutlich besser wurde es, als ich keine tägliche Aspirin mehr nehmen musste. (Sie waren für 30 Tage zur Blutverdünnung verordnet worden, damit die Transplantate besser versorgt würden). Ansonsten scheint das Aloe Vera Spray auch bei mir zu helfen. Jedoch wende ich es nicht täglich an, da ich das Gefühl habe, dass es trotz bio und fehlendem Alkohol zur Konservierung die Kopfhaut etwas austrocknet.

Meine Bepanthen Lotion ist nun leer und wird nicht wieder ersetzt. Seit zwei Tagen nehme ich nun auch 2x täglich „Xpecia“, ein Nahrungsergänzungsmittel mit Biotin, Zink und so einigen anderen Dingen (mein Türkisch reicht leider nicht, um den Beipackzettel komplett zu verstehen..), das mir von Dr. Özgür empfohlen und mitgegeben wurde. In den nächsten Tagen werde ich ebenfalls mit Regaine (wieder) anfangen, um das beackerte Feld mal kräftig zu düngen

So, das war auch schon der Zwischenstand in Kürze, jetzt folgen die Fotos

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Zweifler2](#) on Mon, 07 Aug 2017 15:30:21 GMT

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

So, hier die Bilder:

File Attachments

1) [1 Monat post OP.pdf](#), downloaded 1304 times

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [meyereggers](#) on Sun, 13 Aug 2017 23:26:34 GMT

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

Hey. Toller und informativer Bericht.

Ich stehe auch kurz davor mich drauf einzulassen und dann soll es wohl auch Dr. Özgür werden.

Errinnerst du dich evtl wie das Hotel gegenüber hieß bzw. wie es es vor Ort aussieht?
Restaurants, Freizeit, Internet usw.? Würde es klargen dort einfach 2 Wochen Urlaub zu
machen bis die gröbsten Wunden verheilt sind?

viele Grüße

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Zweifler2](#) on Mon, 14 Aug 2017 10:45:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo und danke

Leider habe ich den Namen des Hotels vergessen.

Aber wenn Du eine kurze email an die Klinik bzw. deren Koordinator schreibst, wird er Dir
sicherlich helfen können.

Ich selbst war jetzt nur bis einen Tag nach der letzten OP da und bin dann direkt nach Hause.
Fühlte mich in der eigenen Umgebung irgendwie besser aufgehoben. Generell war die
Rückreise (bis auf meine blöde Schwellung) jetzt auch kein Problem. Und eine solch starke
Schwellung bekommen angeblich auch nur wenige.

Wenn Du den Urlaub dran hängen willst, um "von der Bildfläche zu verschwinden", so muss
ich Dir leider sagen, dass man so richtig besch...eiden erst nach drei bis vier Wochen ausschaut,
wenn die neuen Haare wieder ausfallen. Anfangs ist es gar nicht mal soo schlimm, wenn die
neuen Haare noch das gröbste abdecken. Obendrein soll Ankara jetzt auch nicht riesig
spannend sein, wie man mir vor Ort sagte. Dann Buche Dir lieber nen Inkandsflug nach Istanbul!

Bestes,
Zweifler2

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Zweifler2](#) on Mon, 14 Aug 2017 10:57:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

PS: Die "gröbsten Wunden", wie Du schreibst, waren bei mir schon nach ca. 8 Tagen verheilt,
bzw. waren dann fast schon alle Krusten verschwunden

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [meyeregggers](#) on Mon, 14 Aug 2017 20:00:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Irgendwie stell ich es mir seehr unangenehm vor mit so einem Kopf zu fliegen. Du hast das
Problem mit der Kappe absetzen bei der Kontrolle ja auch angerissen. Da müsste ich schon
iwie hart die Zähne zusammenbeißen^^

Generell ist der Sicherheitsaspekt mit der aktuellen Lage in der Türkei natürlich auch noch ein Thema. Wie an anderen Stellen im Forum ja auch schon diskutiert wurde. Fühltest du dich dahingehend wohl?

Sind die Preise mit 3€ pro Graft noch aktuell?

Wie haste die Bezahlung durchgeführt? Bis auf die Anzahlung alles in Bar oder überwiesen?

viele Grüße

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Zweifler2](#) on Tue, 15 Aug 2017 14:24:14 GMT

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

Hallo

Ja, man sieht beim Rückflug (wie beschrieben) nicht schön auf dem Kopf aus. Aber man kann dies mit ner weiten Kappe gut abdecken und die Momente, an denen man sich "offenbaren" muss, sind ja nur zwei sehr kurzfristige: Sicherheitskontrolle beim Einchecken und Zoll bei der Ausreise. (Beim deutschen Zoll habe ich die Kappe einfach auf gelassen und es drauf ankommen lassen, der türkische hatte explizit danach gefragt, nickte aber nur kurz verständnisvoll und dann konnte ich sie wieder aufsetzen. Nur der Moment, als die Kappe durch das Röntgen-Gerät ging, war etwas länger)

Ich habe mir danals gesagt "Egal, diese Menschen sehen mich so nie wieder..!" Dann gings

Was den Sicherheitsaspekt angeht, so hatte ich kein schlechtes Gefühl. Muss allerdings auch sagen, das die Zuspitzung der Deutschland/Türkei-Krise mit verschärften Reisehinweisen und dem verhafteten deutschen Menschenrechtler sich erst nach meiner Abreise ereignete.

Von daher kann ich nur sagen, dass das wohl jeder mit sich selbst ausmachen muss.

Der Preis, den Du nennst, ist der aktuelle. Billiger wird es, wie beschrieben, wenn Du spontan einen offenen Termin wahrnehmen kannst (2,70€). Früher wurde es wohl auch günstiger, wenn man die Rechte an seinen Fotos abtrat, aber nach Aussage vor Ort haben sie im Moment wohl genug aktuelles Material.

Bestes,

Zweifler2

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Mona](#) on Fri, 01 Sep 2017 09:14:06 GMT

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

Damit es übersichtlich bleibt:

Zum eigentlichen Thema geht es an dieser Stelle weiter.

Wer sich jedoch in Sachen "Pro und Contra Türkeireisen > Sicherheitslage" einbringen möchte, der mag bitte hier schauen >

https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/mv/msg/11132/127942/#msg_127942

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Zweifler2](#) on Fri, 15 Sep 2017 17:33:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Huijuijui..!
Schon der 15.09. - höchste Zeit für mein

2. Monats - Update

..eigentlich sind es ja fast schon 2,5 Monate - und was soll ich sagen..?

Ich sehe immer noch besch...en aus..

Die Rötung ist zwar blasser geworden, aber immer noch deutlich zu sehen. Ohne Kappe gehe ich im Moment nicht aus dem Haus. An den Seiten ist es ok. und fast schon nicht mehr zu erkennen, nur obendrauf wächst es halt noch sehr.. "diffus" (ist, glaub' ich, wohl das passende Wort) und daher schimmert das Rot voll durch.

Besonders bescheiden sieht mein "Bürzel" in der Mitte aus. Hier ist damals bei der OP mit 25 Grafts/cm² verdichtet worden und jetzt ist aus dem Bürzel eher ein Donut mit Loch in der Mitte geworden. Wobei ich die Haare auf dem Oberkopf ganz bewusst seit der OP noch nicht habe schneiden lassen, um so etwas Deckung hinzubekommen. Die Seiten habe ich schon zwei Mal seitdem frisieren lassen; heute noch einmal bewusst ganz kurz, da ich wissen wollte, wie wohl der Donor-Bereich aussieht. Nunja, es schaut ein wenig nach shock loss aus, allerdings nur, wenn man von schräg unten guckt. Der Friseur meinte, der Laie würde es nicht wahrnehmen. (Obendrein hat er mir heute 4 Euro weniger als sonst abgeknöpft, mit der Begründung, das sei sein Anteil an der OP, da er ja bald, mit mehr Haaren, auch mehr an mir verdienen würde. Den Zahn habe ich ihm gleich gezogen! Sind ja schließlich nicht mehr Haare...!)

Was kann ich sonst noch erzählen?

Meine "Kopfbehandlung" sieht so aus, dass ich 2x täglich die schon früher beschriebenen "Xpecia" Tabletten nehme (Nahrungsergänzung mit u.a. Biotin & Zink), ursprünglich 2x tgl. Regaine, das ich jetzt aber auf einmal täglich herunter gesetzt habe, da meine Kopfhaut dadurch stark juckte.

Apropos Kopfhaut: Die ist momentan mein ganzer Hoffnungsschimmer, an den ich mich festklammere, denn wenn man mit den Fingerkuppen ganz leicht drüber streicht, dann spürt man schon ganz kleine Stoppeln und etwas Flaum! Angeblich kann man die neuen Haare sogar schon bei genauer Betrachtung sehen! Was ich auf jeden Fall davon mitbekomme, sind gelegentlich Pickel, weswegen ich jetzt ab und zu die Empfangsgebiete mit einem leichten Peeling bearbeite.

So, anbei jetzt die Fotos. Ich habe mir mal die Mühe gemacht und die einzelnen

Zwischenstände nebeneinander gepackt. So muss man als Leser nicht immer rauf und runter scrollen.

Freue mich über Feedback,

Zweifler2

(im Moment etwas mehr als vorher..)

File Attachments

1) [2 Monate post OP.pdf](#), downloaded 1167 times

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [_Mario](#) on Fri, 15 Sep 2017 18:05:04 GMT

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

Hi Zweifler, lass dir sagen: nach 2.5 Mon. ist die allerschwierigste Zeit überwunden!
Auch wenn du noch eine laaange Reise vor dir hast, geht's jetzt zumindest nicht mehr weiter nach unten, sondern du kannst ab jetzt auf Neuwuchs hoffen!
Viel Spaß und Happy Growing!

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Zweifler2](#) on Fri, 15 Sep 2017 18:26:04 GMT

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

Danke für die aufmunternden Worte!

Im Moment sehe ich halt nur so aus, als hätte ich in Fokushima aufgeräumt.. Und Geduld ist jetzt nicht so wirklich meine Stärke. Aber das kennst Du ja sicherlich aus persönlicher Erfahrung

Meine Freunde gucken mich schon immer etwas seltsam an, wenn ich mir ganz beseelt über die kleinen, versteckten Stoppeln auf dem Kopf streichel..

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [_Mario](#) on Fri, 15 Sep 2017 18:31:01 GMT

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

Nachdem sich nicht all zu viele in unserem Alter hier tummeln bin ich an deinem Fall besonders interessiert

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Zweifler2](#) on Fri, 15 Sep 2017 18:36:12 GMT

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

..die Kapelle auf der Titanic hat auch bis zum Schluss gespielt..!

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [_Mario](#) on Fri, 15 Sep 2017 18:37:47 GMT

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

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Dogpound1984](#) on Wed, 04 Oct 2017 22:39:20 GMT

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

Hi,
habe leider heute erst deinen Bericht gelesen.

Finde aber deinen Werdegang bis jetzt sehr gut. Auch die Haarlinie passt zu dir.

Wie du bei mir schon gelesen hast, hatte ich auch eine HT.
Allerdings bei Fr. Bicer.

Muss aber sagen, dass es bei dir "entspannter" war über drei Tage. Was ich evtl im nachhinein auch bevorzugen würde.
Ich hatte 4000 Grafts an einem Tag und das war echt anstrengend. es haben auch die ganze Zeit 2 Helferinnen an mir rumgedoktort

Hoffe du postest noch weiter jeden Monat Bilder.

Happy Growing,

Gruß
Dogpound1984

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [krx](#) on Thu, 05 Oct 2017 09:31:53 GMT

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

Wo bleibt das 3-Monats Update ?

Orientiere mich stark an dir, da ich auch bei HLC war, und nach 2 Wochen jetzt Post OP super zufrieden bin, und die Haare gar nicht verllieren will... 7mm wohl meine Zukunftsfrisur

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Zweifler2](#) on Thu, 05 Oct 2017 11:52:06 GMT

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

@Dogpound: Vielen Dank für die Blumen. Finde auch Deine Haarlinie sehr gut und "zukunftsfähig" gewählt. Was man ja nie vergessen sollte ist, dass die Haarlinie - im Idealfall - bis zum Sterbebett bestehen bleibt.

Da sollte sie schon zu jeder künftigen Altersstufe passen.

Apropos Sterbett: SOO entspannt war die OP bei mir durch die Verteilung auf drei Tage auch nicht.

Dadurch, dass die HLC nur manuell entnimmt, dauert der gesamte Prozess natürlich deutlich länger. Ich habe daher jeden Tag 8 bis 9 Stunden auf dem Tisch gelegen..

@krx: Gemach, gemacht..! Habe im Moment viel um die Ohren. Werde aber zum Wochenende mein 3 Monats-Update fertig machen.

Soviel vorweg: Mein Stimmungstief aus dem letzten Update ist mittlerweile verfliegen, denn es geht so langsam lohoos..!

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [Dogpound1984](#) on Fri, 06 Oct 2017 13:38:51 GMT

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

Na hört sich doch gut an, dass jetzt das sprießen beginnt.

Also wenn ich das jetzt richtig verstanden habe, hattest du bei der manuellen Abwicklung 3x 8-9 Stunden??

Das ist ja auch heavy.

ich war schon nach 1 Tag und 10 Stunden bedient.

Bin gespannt auf deine Bilder.

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline
Posted by [_Mario](#) on Fri, 06 Oct 2017 15:52:56 GMT

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

Zweifler2 schrieb am Thu, 05 October 2017 13:52Apropos Sterbett: SOO entspannt war die OP bei mir durch die Verteilung auf drei Tage auch nicht.

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Osmon](#) on Fri, 06 Oct 2017 16:13:56 GMT

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

Nach 1 Stunde habe ich jede 5 Minuten sehnsuchtsvoll auf die Uhr an der Wand geschaut.-/

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 08 Oct 2017 17:44:58 GMT

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

Hallo

Drei Kalendermonate bzw. 13 Wochen sind heute um, Zeit also für mein

3 Monats-Update

Wie schon vorher angedeutet scheint das „Tal der Tränen“ durchwandert zu sein und es geht jetzt endlich bergauf. Seit ungefähr 2 Wochen sehe und fühle ich mehr Haare auf den transplantierten Bereichen. Ganz witzig ist, dass es quasi drei „Generationen“ von Haaren sind: Da sind zum einen die „alten Hasen“, die von Anfang an weiter gewachsen sind und nicht ausfielen, zum anderen ca. 1cm langer Flaum und dazwischen dann noch ganz kurze kleine Stoppel. Da ich das Deckhaar seit der OP nicht habe schneiden lassen, kann ich jetzt zusammen mit dem neuen Flaum gut die Bereiche mit Toppik kaschieren.

Für die alopezie.de-Profis sicherlich ein alter Hut, für mich eine ganz neue und befreiende Erfahrung, denn endlich kann ich wieder ohne Käppi raus und habe dabei das Gefühl, sowas wie eine Frisur auf dem Kopf zu haben. Also, Tipp für die Neulinge (denn für sie wollte ich ja hauptsächlich hier schreiben): transplantierte Bereiche erst einmal nicht schneiden lassen und ab dem 2. 3. Monat kann man schon ganz gut abdecken.

Ebenfalls ganz witzig sind die Haare „der ersten Generation“, wenn man sie mal genauer betrachtet: die ersten zwei Millimeter der Spitzen sind noch kräftig und dunkel. So lang waren sie, als sie entnommen wurden. Dann wuchsen sie dünn und schneeweiß weiter, um hinterher wieder dunkelblond zu werden. Habe mal ein Foto mit in die Übersicht gepackt.

Eine weitere spannende Erfahrung war, dass ich meine Geschwister nach über drei Monaten am vergangenen Wochenende wiedertraf. Ich hatte ihnen bewusst nix von der HT erzählt und war jetzt gespannt auf ihre Reaktion. Und siehe da: Kein Schwein hat's bemerkt! Obwohl ich jetzt eine deutlich tiefere Haarlinie trage, hat mich keiner drauf angesprochen. Und so wie ich sie kenne, war es bestimmt nicht aus Höflichkeit..

Fazit: Ich glaube, man macht sich als Betroffener immer mehr Gedanken über

Äußerlichkeiten bzw. SEIN Äußeres, als es das direkte Umfeld macht.

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 08 Oct 2017 17:47:45 GMT

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

Hier die Bilder:

File Attachments

1) [3 Monate post OP.pdf](#), downloaded 1357 times

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [greg2017](#) on Sun, 08 Oct 2017 18:10:12 GMT

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

Zweifler, ich glaube, deine Geschwister sind nicht höflich, es ist eher Rücksichtnahme ...
:lol:Im Ernst, sieht vielversprechend aus! Danke für deinen Bericht. Das wird gut! Du wirst Dir langsam Gedanken über einen neuen Fön und kräftiges Gel machen. Lass es wachsen!

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 08 Oct 2017 18:19:13 GMT

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

Hier der zweite Teil

File Attachments

1) [Update 3 Monate Teil II.pdf](#), downloaded 752 times

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 08 Oct 2017 18:37:11 GMT

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

Danke greg2017

Im Moment gebe ich mein Geld noch für tarnende Haarprodukte aus - aber bald kommt das Thema "Styling" nach ganz oben auf die Liste!

Bin zwar kein Metal-Fan, aber:

Headbanging under the Christmas Tree!! Yeah!

..ok.. vielleicht 2018..

File Attachments

1) [IMG_7787.JPG](#), downloaded 782 times

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 08 Oct 2017 18:55:22 GMT

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

...bevor es jetzt den falschen Eindruck vom Ergebnis weckt: das einzelne Bild oben über diesem Post ist natürlich MIT Toppik! Will hier keinen über den Zwischenstand täuschen, sondern nur zeigen, was nach drei Monaten möglich ist.

SO sieht es ohne aus:

File Attachments

1) [IMG_7777.JPG](#), downloaded 917 times

Subject: Aw: HT 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin/Hairline

Posted by [Dogpound1984](#) on Sun, 08 Oct 2017 22:23:45 GMT

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

Nabend,

soweit is doch alles gut. jetzt fängt es ja erst richtig an zu sprießen.

Ab Weihnachten brauchst kein Toppik mehr

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Josie](#) on Mon, 09 Oct 2017 18:18:30 GMT

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

Hallo Zweifler,

das sieht doch richtig toll aus. Drück dir die Daumen, daß dies alles so in Zukunft bleibt und noch besser wird.

Eine Frage an die Durchblicker - leider bin ich es noch nicht - muß man trotz einer HT ein Leben lang Medikamente einnehmen, damit die neuen Haare nicht ausfallen ?

Ich dachte durch eine HT wäre dies nun ausgestanden, weil doch angeblich diese Haare (aus

dem Haarkranz entnommen), nicht wegen AGA ausfallen würden.

Ich beschäftige mich mit diesem Thema, weil mein 26jähriger Sohn, so unter seiner beginnenden Glatze leidet.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Zweifler2](#) on Mon, 09 Oct 2017 18:39:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Josie

Vielen Dank fürs Feedback.

Zu Deiner Frage wg. der Medikamente kann ich nur mit einem klaren "Jein" antworten..
Zuallererst MUSS man gar nix nehmen, es kann aber helfen, den weiter fortschreitenden Haarausfall zu verlangsamen oder zu stoppen. Bei meiner HT bspw. wurde ja nur die Front aufgefüllt, wo vorher mal Haare waren. Diese Haare dürften jetzt ersteinmal nicht so schnell ausfallen. Das dahinter liegende Resthaar ist allerdings weiterhin vom Haarausfall bedroht. Soll heißen, da wo vorher meine Geheimratsecken angingen, können die Haare jetzt weiter nach hinten wandern. Was natürlich doof aussehen kann, wenn man vorner ne tolle Front hat, dann auf dem mittleren Bereich oder der Tonsur auf dem Kopf schütteres Haar und dann wieder nen dichten Kranz.

In meinem Fall ist es so, dass ich früher mal fast 10 Jahre lang Finasterid genommen habe und sich über diesen langen Zeitraum bei mir deutliche Nebenwirkungen bis hin zu behandlungsbedürftigen Panikattacken gezeigt haben. Von daher habe ich das Zeug vor einigen Jahren abgesetzt und bin dann auf Regaine umgestiegen (Nicht das Gleiche, ich weiß.. Propecia bekämpft die Ursache, Regaine nur die Symptome. Allerdings geht Regaine nicht durch den Körper und ist leichter verträglich)

Aus gemachter Erfahrung jedenfalls lasse ich die Finger von Finasterid und rate niemandem leichtfertig dazu.

Von daher ist immer in meinem Hinterkopf, dass ich vielleicht irgendwann mit einer zweiten HT "nachlegen" muss. Allerdings bin ich auch schon 47 und mein Vor-OP-Haarstatus ist dem meines Vaters sehr ähnlich.

Beste Grüße an den Sohn

PS: Warum informiert der sich mit 24 nicht selbst..?

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Josie](#) on Mon, 09 Oct 2017 19:06:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<<<PS: Warum informiert der sich mit 24 nicht selbst..? Wink<<<<

Danke für deine Rückantwort. Hat er mittlerweile gemacht, nur das Geld fehlt. Sein Traum wäre eine HT.

Ich will ihm 5.000 Euro schenken, davon weiß er noch nichts.

Josie

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Mon, 09 Oct 2017 20:13:47 GMT

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

Wow!

Dann hoffen wir mal, dass er hier nicht mitliest..

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 05 Nov 2017 16:11:09 GMT

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

Hallo

Vier Monate sind jetzt genau um, Zeit für mein
4. Monats-Update

Seit dem letzten Update, bei dem das Wachstum ja so langsam losging, hat sich noch mal
Einiges getan!

Ich habe wieder Haare auf dem Kopf!

Wie bei den meisten Erfahrungsberichten hier war auch bei mir der vierte Monat die Zeit, die die
echte Wende brachte. In den letzten vier Wochen wurden die Haare immer dichter, sodass ich
jetzt auch kein Toppik mehr benutze. Seht einfach selbst, ich habe wieder versucht, ein paar
Übersichten zu erstellen, sodass man den Verlauf ganz gut erkennen kann. Leider musste ich
das Ganze wieder auf zwei pdf. verteilen wg. des begrenzten Datenvolumens hier
(ziemlich antiquiert die Software hier btw...)

File Attachments

1) [4 Monate post OP Teil 1.pdf](#), downloaded 1007 times

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 05 Nov 2017 16:14:37 GMT

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

..und hier kommt Teil zwei, in dem ich noch mal die Entwicklung der "Schläfendreiecke" (sind ja keine echten Dreiecke, sondern nur sehr dezent) dargestellt habe, weil manche Leser mich drum gebeten hatten. Grundsätzlich kann man sagen, dass die Entwicklung hier deutlich langsamer ist, allerdings waren es aber auch nur 200 Grafts pro Seite, sodass man hier auch keine Wunder erwarten sollte..

File Attachments

1) [4 Monate post OP Teil 2.pdf](#), downloaded 688 times

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 05 Nov 2017 16:56:09 GMT

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

...einfach nur, weil ich ein Freund des vorher - nachher - Vergleichs bin..:

File Attachments

1) [vorher.jpg](#), downloaded 836 times

2) [heute.jpg](#), downloaded 880 times

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Dogpound1984](#) on Sun, 05 Nov 2017 16:59:40 GMT

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

Nicht schlecht, sieht sauber aus. Und jetzt ist ja erst der 4. Monat. Hoffe ich bekomme auch so ein gutes Ergebnis.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 05 Nov 2017 17:11:53 GMT

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

Danke, Dogpound

Es ist wirklich ein völlig neues "Haargefühl" (gibt es das Wort..? Von "Lebensgefühl" wollte ich jetzt nicht sprechen, das wär mir dann doch ein zu großes Wort..)

Du bist jetzt noch mitten in der blöden Phase, oder? Aber im nächsten Monat sollte es auch bei Dir aufwärts gehen. Also halte durch, es geht bald aufwärts!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Dogpound1984](#) on Sun, 05 Nov 2017 17:16:28 GMT

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

Ja ich bin in der bescheidenen Phase.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 05 Nov 2017 17:22:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

..ich hasse Heavy Metal, aber allein die Tatsache, dass ich head bangen könnte, wäre es mir wert..!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [greg2017](#) on Sun, 05 Nov 2017 18:51:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hervorragend, gratuliere Dir!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [_Mario](#) on Sun, 05 Nov 2017 19:18:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

TOP!
GRATULIERE!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [pelo123](#) on Mon, 06 Nov 2017 09:36:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hammer! Ich bin jetzt 5 Tage Post-OP (auch bei der HLC) und wäre mega happy, wenn das nach 4 Monaten schon so aussieht!!! Glückwunsch!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Sebastian87](#) on Mon, 06 Nov 2017 10:43:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Geile Locke Zweifler!!! Glückwunsch. Bei mir gehts morgen nach Anakara zur HLC. Kann ich irgendwie noch nicht richtig fassen.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Zweifler2](#) on Mon, 06 Nov 2017 12:22:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo greg, _Mario, pelo und Sebastian

Vielen Dank, aber ich glaube, das Lob gebührt eher der HLC bzw. Dr. Akin - ich habe ja nur "den Kopf hingehalten"

@pelo: Wo bleibt Dein Erlebnisbericht..?

@Sebastian: Kannst ganz beruhigt hin fahren, bei der HLC bist Du in guten Händen. Deine Haarsituation ist ja so ähnlich wie meine vorher, oder? Wenn ich mich recht erinnere, bist Du ja auch mit einer Insel auf der Stirn gesegnet?

Ja, es ist anstrengend und die zwei Monate nach der OP sind echt blöde, aber schon jetzt nach vier Monaten bin ich überzeugt, dass es die Mühe (und Kohle) wert war. Also viel Erfolg! Und grüß mal Engin, den Patientenbetreuer, netter Typ

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [pelo123](#) on Mon, 06 Nov 2017 13:07:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Zweifler: Kommt! Warte noch auf die Bilder von der Klinik und dann haue ich in die Tasten! Wird aber wahrscheinlich fast identisch zu Deinem Bericht.

@Sebastian: Mach Dir wirklich keine Sorgen! Die Leute sind alle sowas von nett und zuvorkommend und nach allem, was ich beurteilen kann, höchst kompetent. Stell Dich schon mal auf stets mit Schokolade und Cola gefüllte Kühlschränke ein. Du gehst nicht nur mit Haaren, sondern auch mit ein paar Kilo mehr nach Hause!

Ich glaube, Engin ist momentan nicht vor Ort. Dafür aber Sinem und Ibrahim, die wirklich alles für einen tun! 1A Typen! War sogar ein wenig traurig, als ich wieder gehen musste.

Und die OP ist abgesehen von den Spritzen und dem Liegen wirklich nicht schlimm. Hab keine einzige Schmerztablette gebraucht und geschlafen wie ein Baby.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Sebastian87](#) on Mon, 06 Nov 2017 16:31:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke Pelo und Zweifler für die aufmunternden Worte! Hört sich echt rundrum gut an was man über die HLC hört. Ich glaube ich habe keinn einzigen Erfahrungsbericht beim lesen und

aufmachen, weiß aber nicht, ob ich die Fotos dann schon direkt hochladen kann.

Ich melde mich Leute, wünscht mir Glück und danke schonmal für die ganzen

Erfahrungsberichte aller User hier!

Zweifler: Such mal in der User Vorstellung unter Die unendliche Geschichte NW 3

Da müsstest mich finden.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 10 Dec 2017 17:12:28 GMT

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

Hallo

Eigentlich ist es höchste Zeit für das 5 Monats- Update, leider schaffe ich es aber heute nicht, die (etwas aufwendigere) Präsentation zu aktualisieren, daher nur fix ein vorher/heute Vergleich und die komplette Übersicht kommt in den nächsten Tagen

Soviel vorweg: Bin schon super zufrieden, es gibt noch ein paar Löcher, die man auf dem Foto deutlicher sieht, als man sie in Natura wahrnimmt. Wenn sie in den kommenden Wochen noch zuwachsen freue ich mich, falls nicht ist es auch kein Weltuntergang.

Präsi - wie gesagt - folgt.

PS: Ich habe ein wenig mit Blondierspray rumexperimentiert, da die Haare so überhaupt keine Sonne abbekommen haben (abrsiert Anfang Juli, dann den ganzen Sommer über Kappe), daher war mir das "Straßenköter-Blond" zu trostlos. Hätte ich nicht machen sollen.. jetzt habe ich nen Gelbstich...

File Attachments

1) [IMG_7457 - Kopie.JPG](#), downloaded 851 times

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 10 Dec 2017 17:19:20 GMT

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

..und hier das Bild von heute:

File Attachments

1) [Bild1.jpg](#), downloaded 1054 times

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [greg2017](#) on Sun, 10 Dec 2017 19:44:25 GMT

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

Gratulation... das hat sich gelohnt... danke für die Doku...

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [pelo123](#) on Sun, 10 Dec 2017 22:43:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hammer!!! Sieht richtig gut aus!!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Sebastian87](#) on Tue, 12 Dec 2017 06:47:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Boah hamma....wünschte, dass würde bei mir auch bald so aussehen

Glückwunsch. Alles richtig gemacht.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [VHVH](#) on Mon, 18 Dec 2017 22:04:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sehr geiles Ergebnis Glückwunsch!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Zweifler2](#) on Wed, 03 Jan 2018 17:43:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

Mit reichlicher Verspätung kommt heute das

5. Monats - Update

(Eigentlich ist die OP in drei Tagen zwar schon sechs Monate her, allerdings dachte ich, ich vervollständige dieses Update zuerst noch, der "guten Ordnung halber". Die enthaltenen Fotos sind auch von Anfang Dezember, insofern passt. Das sechste Update folgt dann in ein paar Tagen. Da es mein letztes hier sein soll, soll es etwas ausführlicher werden.)

So, was kann ich zum fünften Monat schreiben?

Die Haare sind natürlich länger geworden, wodurch zusätzliche Dichte vorgetäuscht wurde. Auf meiner linken, vom Betrachter aus rechten Seite war die GE noch etwas schütter bzw. undicht, was man auf den Fotos ganz gut sehen kann.

(Soviel sei schon mal verraten: jetzt, nach fast sechs Monaten, ist das besser geworden.)

Das Neuwachstum hat sich sehr verlangsamt. Ab und zu spüre ich noch vereinzelt neue Haare durch die Kopfhaut stoßen, was dann zu kleinen Pickelchen führt, aber das Meiste ist schon da bzw. kam von Ende zweitem bis Mitte viertem Monat.

Wie schon Anfang Dezember geschrieben, habe ich ein wenig mit Blondierspray herum experimentiert, weswegen ich auf den Fotos etwas absurd orange ausschaue. Im nächsten Update ist es nicht mehr so schlimm.

File Attachments

1) [5 Monate post OP Teil 1.pdf](#), downloaded 780 times

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Wed, 03 Jan 2018 17:48:17 GMT

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

..und hier, wie immer, der zweite Teil:

File Attachments

1) [5 Monate post OP Teil 2.pdf](#), downloaded 572 times

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [pelo123](#) on Thu, 04 Jan 2018 12:41:03 GMT

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

Hey hey,

sieht nach wie vor spitze aus! Kannst echt richtig happy sein. Hoffe, dass es bei mir in ein paar Monaten genauso gut aussieht. Bin jetzt momentan zwei Monate Post-Op. Werde nach 3 Monaten die Bilder von Monat 1, 2 und 3 hochladen.

Genieß die neue Haarpracht!!!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [VHVH](#) on Thu, 04 Jan 2018 12:51:08 GMT

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

Mega Ergebnis!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Tue, 16 Jan 2018 12:11:18 GMT

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

...weil hier im Forum immer wieder die Frage aufkommt, ob man sich nach einer HT die Haare am Hinterkopf noch kurz schneiden kann: Ich hab es jetzt einfach mal gemacht. Auf dem Foto seht Ihr also meinen Donor, sechs Monate nach der Entnahme von 3.500 Grafts. Die Profis hier im Forum sehen sicherlich die kleinen Narben im unteren Nackenbereich, wo die Haare auf 1mm gekürzt sind. Der Friseur und Freunde, die ich drauf ansprach, erkannten aber nichts. (Die Rötungen sind vom Kratzen - das Foto ist direkt nach dem Friseurbesuch aufgenommen und ich hatte noch Haarschnipsel im Kragen..)

File Attachments

1) [IMG_8376.JPG](#), downloaded 724 times

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [pelo123](#) on Tue, 16 Jan 2018 12:48:48 GMT

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

So so der Herr spielt also Klavier!

Ist wirklich fast gar nicht so erkennen!!

Oh man, ich wäre froh, wenn ich schon soweit wäre wie Du! Im Moment (2,5 Monate danach) schaut man immer in den Spiegel und hofft jeden Tag auf neue Stoppel!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Tue, 16 Jan 2018 13:50:44 GMT

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

Durchhalten! - Mit 2,5 Monaten ist das Schlimmste eh' schon überstanden. Jetzt geht's aufwärts!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [krx](#) on Mon, 22 Jan 2018 10:20:20 GMT

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

Servus, kam bei dir nach 4.5 Monaten signifikant noch was ?

Bin leider nicht so zufrieden, da in der Haarlinie nur die linke GHE passt, in der Mitte trotz Resthaar sehr wenig Dichte und linke GHE teilweise mit großen Lücken.

Hatte sowieso einen sehr unorthodoxen Verlauf, hatte quasi kein Neuwuchs, sondern das meiste is direkt nachgewachsen, und was ausgefallen ist, ist nicht mehr gekommen...

War Ende September bei HLC.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Jango28](#) on Mon, 22 Jan 2018 17:06:08 GMT

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

@ krx

Dann bist doch erst bei vier Monaten, das meiste passiert doch im fünften Monat. Hoffe für dich das noch was geht.

Aber was ich so gesehen hab kam der größte Schub immer gegen den fünften, sechsten Monat.

Drücke dir die Daumen!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Mon, 22 Jan 2018 18:51:57 GMT

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

Hi krx

Bei mir kam der größte Neuwachstuns-Schub von Ende zweitem bis Anfang viertem Monat. Auch jetzt noch, nach mehr als sechs Monaten, kommen immer noch neue Haare raus, besonders an den Seiten, aber das auch nur vereinzelt.

Ich will es jetzt aber auch nicht verallgemeinern, zumal die "großen" HT-Ärzte alle sagen, dass das Endergebnis erst nach zwölf Monaten erreicht ist.

Und da Dein gesamter Verlauf ja sehr untypisch war (bei mir sind bspw. fast 70% der verpflanzten Haare sofort wieder ausgefallen, bei Dir nicht) würde ich an Deiner Stelle mich nicht mit anderen vergleichen, sondern einfach mal das volle Jahr abwarten und dann ggf. nachverdichten lassen.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Thu, 08 Feb 2018 19:51:01 GMT

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

Hallo

Beim Schreiben meines Fazits zum siebten Monat (ich wollte den thread jetzt hier mit einem vorher-nachher Vergleich und persönlichen Fazit beenden) fiel mir auf, dass ich mein

6. Monats - Update

ganz vergessen habe hochzuladen..

Also hier jetzt mit reichlicher Verspätung mein Update zum Halbjahr. Am Wochenende melde ich

mich dann noch mal final mit meinem "Abschlussbericht"

File Attachments

1) [6 Monate post OP Teil 1.pdf](#), downloaded 735 times

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Thu, 08 Feb 2018 19:52:27 GMT

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

Und natürlich noch mal Teil II

Was man hier gut sehen kann ist, dass ich an den Seiten immer noch leichtes Neuwachstum habe. Hier hatte damals nach der HT der Shockloss etwas zugeschlagen und jetzt kommen noch vereinzelt neue Haare durch die Kopfhaut zurück. Gerade auf der linken Seite habe ich dadurch das ein oder andere Pickelchen..

File Attachments

1) [6 Monate post OP Teil 2.pdf](#), downloaded 1083 times

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Bernd1](#) on Thu, 08 Feb 2018 21:08:09 GMT

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

schaut gut aus!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Jango28](#) on Fri, 09 Feb 2018 21:23:05 GMT

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

Sieht Bombe aus!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Sat, 10 Feb 2018 13:47:54 GMT

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

Dankeschön. Bin auch sehr zufrieden!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Sat, 10 Feb 2018 19:04:28 GMT

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

Hallo

Wie bereits angekündigt wollte ich jetzt diesen thread über meine HT im letzten Sommer bei der Hairline Clinic/Dr. Özgür schließen.

Wer meine Updates aus den letzten beiden Monaten gesehen hat, konnte ja auch schon sehen, dass es keine riesigen Veränderungen mehr gab. Vereinzelt sind noch hier und da ein paar Haare durch die Kopfhaut gestoßen, besonders an den Seiten, aber das Meiste war eigentlich nur noch Längenwachstum, was die Haare noch fülliger hat aussehen lassen.

Ich denke, dass die Haare selbst sich in den kommenden Monaten noch etwas ändern werden, was ihre Struktur und Dicke angeht (gerade an den Schläfendreiecken sind sie noch auffällig dick), sodass es reicht, wenn ich nach zwölf Monaten vielleicht noch mal ein Bild poste.

Weil ich ja in meinem allersten Posting schrieb, dass ich diesen thread hauptsächlich für Neulinge oder Unentschlossene schreiben wollte, hab ich mir gedacht, dass ich dieses Fazit jetzt in Form eines (leicht schizophrenen) Frage/Antwort-Textes verfasse, mit Fragen, wie ich sie selber vor meiner HT einem „Operierten“ am liebsten gestellt hätte

Here we go:

Frage: Bist Du generell zufrieden mit Deiner Haartransplantation?

Antwort: Absolut. Ich würde jetzt nicht soweit gehen zu behaupten, dass die HT „mein Leben verändert“ hat oder sowas, aber es macht schon viel mehr Spaß, morgens zufrieden in den Spiegel zu schauen oder einfach zum Frisör zu gehen und einen Frisurwunsch mit ihm zu besprechen, ohne dass es „Mangelwirtschaft“ ist oder es gleich zu Anfang heißt „Geht nicht bei Dir..“. Ich glaube auch, dass ich von anderen anders wahrgenommen werde, sowohl Frauen als auch Männer. Hinzu kommt, dass ich finde, durch die HT etwas jünger zu wirken.

F.: Bereust du irgendwas im Zusammenhang mit der HT?

A.: Ich „bereue“ da überhaupt nix. Es gibt ein paar Dinge, die ich im Nachhinein anders gemacht hätte: Durch den OP-Termin im Juli musste ich im Sommer sehr auf meinen Kopf aufpassen, was natürlich etwas doof war... Baden gehen war nicht drin und bei Sonnenschein musste ich meistens Kappe oder Bandana tragen, um nicht zu viel Sonne an die Kopfhaut zu lassen. Als die Haare dann Ende Juli wieder ausfielen und die „Ugly Duckling Phase“ anfang, ging ich erst recht nicht mehr ohne Kappe aus dem Haus, was mir den Spätsommer schon ein wenig vermiest hat. Da wäre ein Termin im Herbst/Winter sicherlich praktischer gewesen. Generell hat mich diese „Hässliches Entlein-Zeit“ die bei mir ja noch vergleichsweise kurz war, weil schon ab Ende zweiter Monat das Neuwachstum einsetzte stärker belastet, als ich es mir vorher gedacht hatte. Ich sah irgendwie so aus, als hätte ich in Fukushima im Atomkraftwerk gearbeitet, als dieses hochging und hätte danach noch in aller Seelenruhe meinen Arbeitsplatz aufgeräumt..

Aber da muss man halt durch, das sollte einem vorher bewusst sein. In dieser Auswirkung war es mir das nicht. Freunde bemerkten im Nachhinein, dass ich mich in dieser Zeit schon sehr zurück gezogen hätte. Es wurde mir dann auch irgendwann zu lästig, immer allen erklären zu müssen, warum ich so besch..eiden aussah und dass bald ein „wunderschöner Schwan“ aus mir werden würde.. Die ungläubig/mitleidigen Blicke gingen mir hinterher etwas auf den Geist.

F.: Wie viel hast du für dieses Ergebnis bezahlt? Bist Du mit dem Preis/Leistungsverhältnis zufrieden? Hättest Du das nicht auch deutlich billiger bekommen können?

A.: Bei mir wurden 3.500 Grafts verpflanzt, was mich insgesamt mit (Business-)Flug und OP knapp unter 10kEuro kostete. Wenn man bedenkt, dass ich für dieses Geld drei Tage lang von morgens bis abends von einem Arzt (plus Assistentin und Anästhesistin) operiert wurde, die alle absolute Experten auf dem Gebiet der FUE-Transplantation sind, finde ich das nicht zu teuer. Klar hätte man woanders 3.500 Graft auch an einem Tag und damit billiger transplantiert bekommen, aber in der HLC legt man ganz besonders Wert drauf, es eben langsam zu machen.

So werden pro „Entnahme-Session“ immer nur 600 bis 750 Grafts entnommen und diese dann auch sofort wieder eingesetzt. Dadurch wird die Zeit, die die Follikel nicht durchblutet und „unversorgt“ sind, bewusst sehr gering gehalten. Bei der HLC verspricht man sich dadurch eine bessere Anwuchsrate. Aber diese OP-Verfahren dauert halt. Hinzu kommt, dass alle Grafts vom Arzt manuell entnommen und eingesetzt werden, was die Follikel gegenüber einem Mikromotor oder Roboter auch noch weiter schonen soll.

F.: Wie geht es nach der HT jetzt für dich weiter? Ist Dein „Haarproblem“ damit jetzt ein für allemal gelöst? Nimmst Du Medikamente?

A.: Ich denke, dass ich jetzt erst einmal Ruhe habe und die nächsten fünf, acht oder vielleicht sogar auch zehn Jahre Ruhe haben werde. Ich bin jetzt 47 Jahre alt und der heftigste Haarausfall ist bei mir schon gewesen. Auch sah mein Haarstatus vor der HT dem meines Vaters und Opas sehr ähnlich. Allerdings ist mir auch klar, dass der Ausfall generell weiter fortschreiten wird. Das bedeutet, dass mein wirklicher Haaransatz, hinter dem transplantierten Bereich, weiter nach hinten wandern wird. Auch könnte irgendwann eine Tonsurplatte hinzukommen oder das Resthaar generell dünner werden.

Ich nehme bewusst keine Finasterid, so dass mir klar ist, dass ich eines Tages „nachlegen“ muss. Dr. Özgür schätzte meine Donorreserven damals auf ca. 7.000 Grafts ein, sodass da noch mal bis zu 3.500 übrig sind, für alle Fälle.

F.: Warum nimmst du keine Medikamente, dann müsstest Du nicht nachlegen?

A.: Ich habe schon früher, so von 30 bis 40, also für eine sehr lange Zeit Finasterid genommen und habe es dann absetzen müssen, da bei mir heftigste Nebenwirkungen auftraten. Das ging von Problemen „im Süden meines Herzens“ bis hin zu behandlungsbedürftigen Panikattacken. Als mein Arzt mich irgendwann darauf hinwies, dass dies am Finasterid liegen könnte (und auch lag) habe ich mich erstmals schlau über das Zeug gemacht, dass ich leichtfertig so lange in mich rein geworfen habe. Unter „Post Finasterid Syndrome“ findet man da so einiges bei Wikipedia.

Jedenfalls rate ich niemanden hier im Forum zu diesem Zeug und muss auch immer etwas mit dem Kopf schütteln, wenn hier im Forum immer so verniedlichend von „Medis“ geschrieben wird, als seien es Vitamintabletten oder Smarties.. Es sind Chemikalien, die direkten Einfluss auf Deinen Hormonhaushalt nehmen. Da sollte man sich schon fragen, ob einem die Eitelkeit das Wert ist. Was ich allerdings nehme sind Biotin-Tabletten und in den Monaten 2-5 post OP Regain Schaum.

F.: Was würdest Du jemandem raten, der sich auch für eine Haartransplantation interessiert?

A.: Informier Dich ausführlichst! Lies Erfahrungsberichte hier im Forum. Vergleiche Ergebnisse von verschiedenen Kliniken, wie sie hier im Forum beschrieben werden. Und, so dekadent es auch klingt: Achte nicht in erster Linie aufs Geld, sondern auf die Ergebnisse.

Lieber länger sparen und dafür ein tolles Ergebnis erhalten, bei dem nicht nachgearbeitet werden muss, als zu schauen, wo man es am günstigsten bekommt und dann muss man später für viel Geld nacharbeiten lassen.

So, dass war das Interview mit mir selbst. Wer noch Fragen hat, nur her damit!
Ansonsten bedanke ich mich sehr beim gesamten Forum hier, Ihr habt mir in der Zeit vor der HT und besonders danach sehr geholfen. Ich bin froh, dies hier entdeckt zu haben und nicht auf irgendwelche Youtuber hereingefallen zu sein..

Der Zweifler2
(dessen Nick immer noch geändert werden müsste..)

Jetzt noch ein paar vorher/nachher-Bilder:

File Attachments

- 1) [7 Monate post OP-Vergleich.pdf](#), downloaded 1273 times
 - 2) [7 Monate Vergleich Seiten & Donor.pdf](#), downloaded 638 times
-

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [_Mario](#) on Sat, 10 Feb 2018 20:52:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Super Bericht

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Grafty](#) on Sat, 10 Feb 2018 22:43:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Top Bericht, Top Ergebnis, Top Typ. Danke dafür. Vieles davon kann ich 1:1 unterschreiben und auch ich kann nur nochmal eindringlich vor FIN / "Medis" warnen. Bei mir ging das auch auf Herz, auf Persönlichkeit und vieles mehr. Hands Off!!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [DmnK](#) on Sat, 10 Feb 2018 23:05:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wow... Toller Bericht. Hier sieht man mal wie unterschiedlich der Start des Neuwuchs sein kann. Ein schönes Ergebnis. Da hast du dein Haarproblem definitiv nicht mehr zu deinem gemacht,

Freut mich für dich. Das hat sich gelohnt.

Beste Grüsse

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Zweifler2](#) on Mon, 12 Feb 2018 13:00:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Mario: Vielen Dank Ich bin mir sicher, dass Du nach Deiner zweiten HT auch erst einmal mit dem Thema durch sein wirst

@Grafty: Danke für das "Top Typ", aber das gebe ich lieber an Dr. Akin von der HLC weiter, denn der hatte ja die Arbeit, ich hab ja nur "den Kopf hingehalten"..

@Dmnc: Der Friseur meinte auch schon, er könne jetzt mehr Geld verlangen, aber ich konnte ihm klar machen, dass es immer noch die gleiche Anzahl an Haaren ist

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Newhair81](#) on Mon, 12 Feb 2018 15:45:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey Zweifler. Sieht echt super aus. Ich habe mal ne Frage an dich. Ich bin selbst momentan 11 Wochen Post Op und würde/müsste auch ein wenig mit Toppik nachhelfen. Ich sag nur Fukushima . War in dem Büro gegenüber .Kannst du mir diesbezüglich Tipps geben? Habe das leon miguel streuhaar besorgt. Hast du das zeugs mit Haarspray auf den Kopf aufgetragen? Schadet es den Transplantaten nicht bzw. der Kopfhaut? Ansonsten juckts und kribbelt es ganzschön...war es bei dir auch so? Vorab vielen Dank

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Zweifler2](#) on Mon, 12 Feb 2018 15:56:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Newhair

Ich benutzte damals die Marke "Toppik", das Streuhaar von Leon Miguel kenne ich nicht (wobei ich glaube, dass es unterm Strich alles das selbe ist..)

Bei Toppik konnte man so einen Applikator (im Endeffekt eigentlich ein Blasebalg) mitkaufen, mit dem man das Zeug sehr gut und sehr gezielt aufsprühen konnte. Ich hab es zuallererst so, direkt aus der Dose, aufzuströmen versucht, da waren mir aber die "Streuverluste" zu hoch.. Gejuckt hat es bei mir nicht, wobei ich allerdings auch nur das Schütthaar benutzt habe und nicht noch mit Haarspray fixiert habe. In der Anfangsphase sind die Haare bei mir sehr strohig gewachsen, weshalb das Zeugs auch so sehr gut haftete. Ich bin damit aber auch nicht zum Sport gegangen, hier habe ich weiter einfach Kappe getragen.

Ob das Streuhaar den Transplantaten schadet, weiss ich nicht. Toppik wirbt jedenfalls damit auf ihrer HP, dass es auch oft nach Haartransplantationen eingesetzt wird und verträglich sei (jaja.. Marketing halt), aber mir hat es zumindest nicht geschadet. Wie es allerdings ist, wenn man die Haut mit Spray zukleistert, kann ich nicht sagen

Im Verlauf weiter oben (ich glaub Seite 1) habe ich damals ein Foto mit Toppik gepostet.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [_Mario](#) on Mon, 12 Feb 2018 16:03:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich kann zum Thema „kaschieren“ immer wieder Concealer = Hair Shader = Haarpuder empfehlen. Marktführer Dermatch, ich nutze Fidentia.
Wie auch bei Schütthaar bringt das natürlich nur dort was, wo auch Haar ist. Auf kahlen Stellen ist beides eher problematisch...
In meiner Ugly Dickling Pase habe ich beides gemeinsam benutzt, nach ca. 3 Monaten nur noch Puder.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Newhair81](#) on Mon, 12 Feb 2018 16:06:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für die rasche Antwort. Das jucken und kribbeln war auf das momentane Haarwachstum bezogen. Gerade an der neuen Haarlinie juckts bei mir heftig. War das bei dir zu diesen zeitpunkt auch so...oder nur wegen dem regaine? Ich dachte wenn man das streuhaar ohne spray aufträgt fliegts beim nächsten windstoß weg? Oder es rieselt auf den Schreibtisch....das wäre noch peinlicher als die Löcher vorne .

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Zweifler2](#) on Mon, 12 Feb 2018 16:40:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also "weggepustet" wurde es bei mir nicht, es blieb eigentlich alles soweit drin, wenn ich nach draussen in den Wind ging.
Ich wohne aber auch in Berlin und nicht an der Nordseeküste..
Was das Jucken angeht, so kann ich hier ganz klar mit einem deutlichen "sowohl als auch" antworten.:
Beim Neuwachstum haben mir die Haarwurzeln schon sehr gejuckt, andererseits juckt Regaine bei mir ebenfals auf der Kopfhaut, sodass ich es dann irgendwann auf 1x täglich reduziert habe. Dann gings.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [einstein](#) on Tue, 13 Feb 2018 19:41:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zweifler2 schrieb am Sat, 10 February 2018 20:04Wer noch Fragen hat, nur her damit!

aber na klar doch, hier sind 3 stück speziell für diesen thread:

1. es gibt ja mittlerweile zig tausende von ht kliniken; davon alleine ein paar hunderte in der

türkei - teilweise mit internationalem ruf und die dazu günstigere preise anbieten. aus welchen konkreten gründen hast du dich gerade für die htc klinik entschieden?

2. wie lange hat es in etwa gedauert, bis deine rötungen im empfangerbereich für dich nicht mehr erkennbar waren?

3. welche anderen kliniken hast du persönlich noch besucht und die dich untersucht haben, bevor du dich unter den bohrer gelegt hast?

ergänzend noch eine weitere 4. frage zu deiner ht planung, d.h. deinem donor management. diese habe ich in allgemeiner form in einem anderen thread gepostet:

https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/m/131900/#msg_131900

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Wed, 14 Feb 2018 12:47:27 GMT

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

Hi Einstein

Danke für die Fragen

1. Mit 47 Jahren hatte ich anfangs die Befürchtung, dass mein Donor für diese (wie ich dachte) große Anzahl an Grafts nicht mehr ausreichend sei. Dann habe ich bei der Recherche gelesen, dass die HLC auch im Bereich Bodyhair Transplantation einen sehr guten Ruf hier im Forum genießt und ich dachte, dann auf der sicheren Seite zu sein. Vor Ort stellte sich glücklicherweise bei der Untersuchung meines Donors sehr schnell heraus, dass ich ein Potential von bis zu 7.000 Grafts ohne sichtbare Ausdünnung habe. Im Nachhinein bin ich aber sehr froh und zufrieden, gleich bei meiner ersten HT bei der HLC gelandet zu sein. Wie oben beschrieben kann es sein, dass ich irgendwann mal eine weitere HT benötigen werde (ich nehme keine Medikamente) und da ist es gut zu wissen, dass noch Möglichkeiten da sind.

2. Bei mir heilt die Haut generell nur sehr langsam. Wenn ich bspw. einen Pickel hatte, dauert es noch Wochen, bis man das nicht mehr sieht. Von daher hat es auch sehr lange bei mir gedauert, bis meine Kopfhaut wieder ihren normalen Farbton hatte. Alles in allem bestimmt 3 bis 3,5 Monate. So richtig erkennbar war die Rötung schon vorher nicht mehr, da ich von Anfang an das Deckhaar nach der OP habe wachsen lassen und das verdeckte dann nach ein par Monaten das schlimmste. Vorhanden war die Rötung aber natürlich noch darunter.

3. Ich habe keine einzige Klinik vorher persönlich besucht, auch die HLC nicht. Ich hatte allerdings vorher einen regen WhatsApp, Mail- und Telefonverkehr mit der Klinik und habe alles mir wichtige im Vorfeld klären können. Von daher wusste ich genau, wie sie arbeiten, was die Annsprüche und auch die Erfolge sind. Eigentlich hätte ich exakt die gleichen Fragen im persönlichen Gespräch vor Ort gestellt.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [einstein](#) on Tue, 20 Feb 2018 19:22:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bei den aktuell winterlichen temperaturen hier noch schnell ein paar zusätzliche bricks frischer fragen, um das feuer in diesem thread für ein klein weilchen am lodern zu halten:

- kommunikation: hat diese bei dir vor, während und nach der op ausschließlich auf englisch stattgefunden?
- du empfiehlst jedem, sich in erfahrungsberichte anderer patienten einzulesen. welche hast du denn konkret als hilfreich empfunden: hier bei diesem forum und evtl. auch bei anderen?
- du schreibst, dass sich der doc aufgrund seiner speziellen entnahme- und einsetzmethode höhere anwuchsraten verspricht: kannst du bzw. er dazu konkrete prozentzahlen nennen?
- und wie werden die anwuchsraten der grafts allgemein sowie bei dir überprüft?
- deine post-op medikamentöse kur mit antibiotika etc. scheint mir auf den ersten blick sehr aufwendig und ungewöhnlich zu sein. und bei den steroiden gegen schwellungen scheint dies bei dir nicht unbedingt angeschlagen zu haben. oder wie siehst du das bzw. der doc?
- und last but not least: inwieweit soll aspirin dabei helfen, den versorgungsprozess zu fördern, so wie schreibst? wie ist da der medizinische zusammenhang? ich mein, üblicherweise wird ja mittlerweile standardmäßig prp zur förderung des heilungsprozesses gespritzt. und damit is meines wissens auch gut. oder vielleicht auch nicht?...

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [krx](#) on Tue, 20 Feb 2018 20:10:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Aspirin als Cox Hemmer verbessern die Fließeigenschaften des Blutes und verhindern/verzögern die Hämostase.

Ob dass mehr als die PRP bringt, oder beide gleich viel, nämlich nicjts, ist schwer zu beurteilen.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Zweifler2](#) on Wed, 21 Feb 2018 13:15:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Einstein und danke für die Fragen.

Ich versuche sie mal einzeln und möglichst genau zu beantworten:

- kommunikation: hat diese bei dir vor, während und nach der op ausschließlich auf englisch stattgefunden?

Nein, die Kommunikation im Vorfeld via Mail und Telefon hat ausschließlich auf (akkzentfreiem) Deutsch stattgefunden. Vor Ort dann sprach der Patientenbetreuer Deutsch mit Akkzent (Rheinisch, er ist in Düsseldorf aufgewachsen..) Dr. Özgür selbst sprach Deutsch mit mir, mit Dr. Akin habe ich mich auf Englisch unterhalten. Wobei ich nicht weiss, ob er auch Deutsch könnte, aber irgendwie haben wir von Anfang an Englisch als unsere Sprache gefunden.

- du empfiehlst jedem, sich in erfahrungsberichte anderer patienten einzulesen. welche hast du denn konkret als hilfreich empfunden: hier bei diesem forum und evtl. auch bei anderen?

Ich bin da "vom Großen ins Kleine" gegangen. Habe zuerst hier im Forum kreuz und quer und relativ ungeordnet gestöbert. Dabei kristallisierte sich dann für mich heraus, dass ich mich wegen des größeren know hows im Ausland behandeln lassen möchte. Die Türkei schien mir vom Preis/Leistungs-Verhältnis am sinnvollsten, denn dadurch konnte ich mir mit meinem Budget einen Top-Anbieter leisten. Daher habe ich mich hier stark in die Erfahrungsberichte der Patienten der "Big Five" eingelesen (Keser, Koray, Özgür, Demirsoy, Bicer). Ich will nicht behaupten, dass ich alle Berichte über sie gelesen habe, aber ich war nah dran.. Aus den oben bereits genannten Gründen habe ich mich dann für Özgür/HLC entschieden. Hier haben mir besonders die Berichte von Fredmaster, schubidu21 und Knaggi89 geholfen, die zum Zeitpunkt meiner Entscheidung gerade "frisch" waren. (Danke nochmals an die Genannten)

- du schreibst, dass sich der doc aufgrund seiner speziellen entnahme- und einsetzmethode höhere anwuchsraten verspricht: kannst du bzw. er dazu konkrete prozentzahlen nennen?

Dr. Özgür nannte mir gegenüber eine Anwuchsrate von bis zu 100%

- und wie werden die anwuchsraten der grafts allgemein sowie bei dir überprüft?

Ich selbst habe mir jetzt nicht die Mühe gemacht, nachzuzählen , aber ich bin mit meinem Ergebnis auch so voll zufrieden. Bedenkt man, dass bei mir eine vergleichsweise "normale" Dichte von 50 Grafts/Quadratcentimeter gesetzt wurde, so finde ich das Ergebnis überzeugend. Bei der HLC sah ich, dass manche Patienten zu Follow-up-Terminen kommen. Soll heißen, die Ärzte sehen viele Patienten später wieder und können sich über die Ergebnisse vergewissern. Wenn Du bspw. auf deren Homepage in den vorher/nachher-Bereich gehst, dann siehst Du viele nachher-Videos, die von der HLC gedreht worden sind. In der Zeit, als ich vor Ort war, traf ich einen Patienten, der bereits zum zweiten Mal da war (vorher ließ er die GH-Ecken machen, jetzt die Tonsur) und bei ihm wurde die erste OP bzw. das Ergebnis auch sehr genau begutachtet und Foto-dokumentiert. (Die HLC führt, wie jede Klinik, Patienten-Akten) Ein weiterer Patient vor Ort war schon das vierte oder fünfte Mal da, weil er sich immer nur kleine "Mini-HT" von max 500 Grafts machen ließ und das immer mit Geschäftsreisen in die Türkei verband.

Soll heißen: Die HLC pflegt teilweise sehr lange Patientenbeziehungen, so dass sie sich ihrer Ergebnisse durchaus bewusst sind.

- deine post-op medikamentöse kur mit antibiotika etc. scheint mir auf den ersten blick sehr aufwendig und ungewöhnlich zu sein. und bei den steroiden gegen schwellungen scheint dies bei dir nicht unbedingt angeschlagen zu haben. oder wie siehst du das bzw. der doc?

Ja, die Medikamentengabe ist sehr intensiv, ob sie ungewöhnlich ist, kann ich nicht sagen, da mir der Vergleich fehlt. Wobei ich eine Antibiotikagabe auch schon bei vielen anderen Ärzten gelesen habe. Macht aber auch m.E. nach Sinn, da man ja mit einer durchaus beeindruckenden Wunde durch die Gegend reist. Und da ich bei manchen Erlebnisberichten von späteren Entzündungen bis hin zu Kahlstellen nach einem halben Jahr gelesen habe, weil die Grafts an diesen Entzündungsstellen nicht anwuchsen, nehme ich das gerne in Kauf.

Was die Steroide angeht, so haben sie sehr wohl angeschlagen und gerade die Schwellung ist hierfür der beste Beleg: die Tabletten wurden nur an den drei OP-Tagen gegeben, um über diesen langen Zeitraum das OP-Gebiet "flach" zu halten, denn auf geschwollener Haut könnte nicht verpflanzt werden. Erst als diese abgesetzt waren, trat die Schwellung dann auf. Dass sie so heftig bei mir war, lag zum einen an der sicherlich recht langen Behandlungsdauer von drei Tagen, zum anderen aber ist es auch wohl Veranlagung.

- und last but not least: inwieweit soll aspirin dabei helfen, den versorgungsprozess zu fördern, so wie schreibst? wie ist da der medizinische zusammenhang? ich mein, üblicherweise wird ja mittlerweile standardmäßig prp zur förderung des heilungsprozesses gespritzt. und damit is meines wissens auch gut. oder vielleicht auch nicht?...

Die Frage hat krx ja schon ausreichend beantwortet. Soviel noch hinzu: Das Aspirin war ein "Kinder-Aspirin" (kein Witz, stand so auf der Schachtel) Daher denke ich, dass die Dosierung nur sehr gering war.

Schöne (Rest-)Woche an alle!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Sebastian87](#) on Thu, 22 Feb 2018 07:35:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey Zweifler!

Wow ich bin überwältigt von deinem Ergebnis. Herzlichsten Glückwunsch

Zu deiner Meinung zu Finasterid kann ich dir nur zu 100% Recht geben. Ich lasse das Zeug auch aus meinem Körper. Hatte das damals auch ca. 1 Monat genommen und NW bemerkt. Gott sei Dank ist da kein nachhaltiger schaden entstanden. Da fahr ich lieber noch 2 mal zur HLC und schnupper den geilen OP-Duft

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Zweifler2](#) on Sat, 24 Feb 2018 11:51:37 GMT

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

Besten Dank, Sebastian

Bei Dir müsste doch auch gerade die Post abgehen auf dem Kopf, oder?

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Fredmaster](#) on Thu, 01 Mar 2018 21:06:30 GMT

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

Was ein toller, ausführlicher Bericht! Damit wirst du vielen Leuten helfen. Danke für den großen Aufwand! Dazu noch ein TOP Ergebnis wozu mannur gratulieren kann. Allererste Sahne was der gute Akin da geliefert hat.

Gruß

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Tue, 06 Mar 2018 14:19:38 GMT

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

...an dem Bericht hier bist Du nicht ganz "unschuldig", weil es unter anderen auch Deiner war, der mich zu dem ganzen hier animiert hat!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [frab1412](#) on Sat, 17 Mar 2018 09:17:20 GMT

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

Nun bin ich auch etwas beruhigt.

Bin genau in der Woche 8 danach, ein Paar Haare sind jetzt schon ultra lang geworden unterscheiden sich garnicht von den alten Haaren, andere sehen gerade so aus, als hätte sie mir die Sackhaare eingepflanzt und dann sind zwischen drin Lücken, wo ich jeden Tag bete, dass dort Haar wachsen werden!

Aber in deinem Bericht schreibst Du das einige Haare noch in Monat 5 sprießen, das beruhigt mich sehr!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Sat, 17 Mar 2018 12:10:03 GMT

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

Hallo frab

Schön, wenn mein Bericht nützlich ist, genau das war meine Absicht damit

Nach acht Wochen bist du jetzt wohl mitten in der "ugly duckling"-Phase ("gerupftes Hühnchen-Phase" wäre meiner Meinung nach treffender...), aber ich kann Dich echt beruhigen: schlimmer wird es jetzt nicht mehr!

Bei mir war das die Zeit, wo ich so gaaanz langsam neue kleine Stoppeln und etwas Flaum fühlte. So richtig ab ging die Post allerdings erst Mitte/Ende dritter Monat. Von daher liegt alles voll im Plan bei Dir!

Was Du so treffend mit "Sackhaaren" beschreibst, war bei mir auch lange der Fall: Viele Haare sind bei mir zu Anfang sehr strohig und teilweise gekringelt gewachsen. Und da ich sie bewusst habe länger wachsen lassen, um frühzeitig mit Toppik kaschieren zu können, werde ich diese seltsame Haarstruktur erst jetzt so langsam durch das Haareschneiden los. Auch da kann ich Dich beruhigen, die Haarstruktur passt sich mit der Zeit der Umgebung an. Bis dahin hilft nur Spülung oder Haarpackung.

Ja, im fünften Monat kamen noch Haare hinzu, teilweise sogar jetzt noch, das sind aber nur ganz vereinzelt und auch nur an Stellen, wo ich nach der Entnahme etwas shockloss hatte. Der größte Schub war bei mir Ende zweiter bis Mitte vierter Monat.
Freu Dich drauf!

Tipp: Wenn Du in der Wachstumsphase Probleme mit Pickeln auf der Kopfhaut bekommst, dann hilft ein Peeling mit Heilerde (Apotheke) ganz gut, um die abgestorbenen Hautzellen sanft zu entfernen und die Poren offen zu halten. (Super Tipp von user _Mario, hat mir damals gut geholfen)

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [frab1412](#) on Tue, 20 Mar 2018 10:02:16 GMT

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

Danke für deine Worte

Aktuell ist grad irgendwie voll der Stillstand da. Es gibt schon seit paar Wochen vereinzelt Stoppeln, aber die wachsen grad überhaupt nicht! Aber das zeigt mir wie lange noch die Ruhephase ist und daran lässt sich auch gut erkennen, wenn es endlich mal los geht

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [_Mario](#) on Tue, 20 Mar 2018 11:21:46 GMT

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

Zweifler2 schrieb am Sat, 17 March 2018 13:10Tipp: Wenn Du in der Wachstumsphase Probleme mit Pickeln auf der Kopfhaut bekommst, dann hilft ein Peeling mit Heilerde (Apotheke) ganz gut, um die abgestorbenen Hautzellen sanft zu entfernen und die Poren offen zu halten. (Super Tipp von user _Mario, hat mir damals gut geholfen)

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [frab1412](#) on Tue, 27 Mar 2018 10:12:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kurze Frage, würdest Du mir Regain Schaum empfehlen? Ich würde gern irgendwas nehmen um den Wachstum zu unterstützen!

Ich muss dazu aber sagen, ich habe KEINEN erblichbedingten Haarausfall, meine HT war eher aus kosmetischer Sicht um meine hohe Haarlinie endlich los zu werden

Ich weiß bloß nicht ob Minoxidil was ja da drin ist, für mich eher negativ werden könnte, wenn ich kein Regain Schaum mehr nehme?

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [_Mario](#) on Tue, 27 Mar 2018 10:19:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Minox bringt auch kurzfristig nach einer HT was, da es die Durchblutung der Kopfhaut fördert und somit die Sauerstoffversorgung der Haarzellen.

Angeblich wachsen mit Minox die Haare nach einer HT schneller. Man kann auch Shockloss gegensteuern.

Nur aufpassen, falls du noch Rötungen hast, das Zeug kann reizen.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [frab1412](#) on Tue, 27 Mar 2018 10:34:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich werde es einfach mal probieren!
Ich meinte nur, nicht das meine Haar "abhängig" davon werden, und wenn ich es nicht mehr nehme, sie nicht mehr so toll wachsen, wie sie es sonst getan hätten

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Kopfschutz](#) on Fri, 24 May 2019 15:54:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Zweifler, wie sehen die Schläfendreicke heute aus? Gab es da noch Veränderungen?
Frage, da ich sie auch bei HLC machen lassen hab.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 03 Nov 2019 12:48:02 GMT

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

Hallo

Fast 2,5 Jahre nach meiner HT gibt es heute mal wieder ein Update von mir. So wie die meisten "Post-Operierten" bin ich nur noch extremst selten in diesem Forum, was eigentlich schade ist, denn natürlich will man sich als Neuling, der mit dem Gedanken einer Haartransplantation spielt, wissen, wie das Ergebnis sich über die Jahre entwickelt.

Für die ganz Ungeduldigen gibt es hier schon mal einen Link meines neuen Youtube-Kanals, in dem ihr mich in voller Pracht und Schönheit und bei Tageslicht bewundern könnt:

<https://www.youtube.com/channel/UCd8EZeGiD9Sot9bvVZeYIYQ>

(Der Kanal hat nix mit Haartransplantationen zu tun, sondern dreht sich um DIY-Projekte.. allerdings hätte ich mich ohne meine HT nicht getraut, einfach so vor der Kamera zu sprechen - insofern passt er hier hin ;)

Unten werde ich noch Fotos von mir vor der HT anhängen, damit ihr einen Vergleich habt.

Für alle Leser mit mehr Geduld mein Fazit:

Die Operation hat sich absolut gelohnt! Ich bin mehr als zufrieden mit dem Ergebnis, das sich auch noch nach 2,5 Jahren hält. Wie schon mal vorher geschrieben, würde ich jetzt nicht so weit gehen zu behaupten, ich sei "ein völlig neuer Mensch" oder so, aber eine volle Frisur gibt einem schon mehr Selbstvertrauen. :)

Die Geheimratsecken sind weiterhin verschwunden, die Schläfendreiecke haben sich jetzt auch an das restliche Haar angepasst (sie waren anfangs recht dick..) und ich bin rundheraus zufrieden. :)

Allen Unentschlossenen kann ich die HLC Klinik also sehr empfehlen!

So, jetzt noch die versprochenen Bilder:

File Attachments

- 1) [Bild1.jpg](#), downloaded 646 times
 - 2) [Bild2.jpg](#), downloaded 607 times
 - 3) [Bild3.jpg](#), downloaded 609 times
-

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin

Posted by [airmax](#) on Sun, 03 Nov 2019 17:42:31 GMT

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

ich wurde auch vor genau 31 Tagen bei HLC operiert und habe deinen Bericht von Anfang an gelesen...sehr umfangreicher und interessanter Bericht

Dazu Hammer Ergebnis auch..Das macht mir Hoffnung, da ich von HLC absolut begeistert bin..also so wie alles abgelaufen ist vor Ort.

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Desmond](#) on Sun, 03 Nov 2019 18:10:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Auch von mir einen fetten Dank für diesen klasse Bericht. Für mich eines der besten im Forum !

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Zweifler2](#) on Sun, 03 Nov 2019 21:04:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke :)
Werde mich sporadisch immer wieder mal melden!

Subject: Aw: HT HLC 3.500 Grafts, 02. - 06.07. 2017 Dr. Akin
Posted by [Zweifler2](#) on Mon, 04 Nov 2019 10:10:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

PS Weil es Nachfragen per PN gab:
In dem vierten Video sieht man die Haare sehr gut unter Tages- und Kunstlicht. Ihr müsst Euch also nicht durch alle meine Videos durchklicken.. ;)

<https://www.youtube.com/watch?v=cVxjHTYSIUA>
