

---

Subject: Boxen nach HT wann?

Posted by [Haarflüsterer](#) on Sun, 16 Sep 2018 18:33:23 GMT

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

---

Hallo

Meine ärztin meinte das ich mit dem boxen bzw. Sparring erst 1 Jahr nach OP anfangen darf.

hat jemand eine andere Info?

Ig

---

---

Subject: Aw: Boxen nach HT wann?

Posted by [Kyniker](#) on Sun, 16 Sep 2018 20:04:22 GMT

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

---

Kommt darauf an, ob FUE oder FUT. Bei FUT macht das wegen der Narbe absolut Sinn, da es bei Sport zu Überspannungen etc. kommt.

---

---

Subject: Aw: Boxen nach HT wann?

Posted by [Haarflüsterer](#) on Mon, 17 Sep 2018 20:56:06 GMT

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

---

FUE ist es gewesen

---

---

Subject: Aw: Boxen nach HT wann?

Posted by [Trevor Philips](#) on Wed, 19 Sep 2018 06:00:19 GMT

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

---

Haarflüsterer schrieb am Mon, 17 September 2018 22:56 FUE ist es gewesen

Ich habe nach meiner HT nach 14 Tagen wieder Sport gemacht, leichtes Laufen, nach 4 Wochen insgesamt wieder Krafttraining sowie Boxen am Sack. Mein Arzt meinte auch, dass nach spätestens 4 Wochen alles fest sitzt und das Wachstum nicht mehr wirklich gestört wird.

Ich würde maximal beim Sparring vllt. ein wenig vorsichtiger an die Sache gehen und es vermeiden, dass da gleich einer ordentlich auf den Empfangsbereich klopft.

Hier sollte man ggf. erst nach 8 bis 12 Wochen was machen, wenn auch der erste Wachstum einsetzt.

---