

Inhoudsopgave

1. De tijdlijn van uw haartransplantatie

2. Direct na de haartransplantatie

3. Veranderingen in het gevoel van de hoofdhuid (hoog gevoelig/ongevoelig)

4. Medicatie na de ingreep (uitleg en medicatieschema)

5. Houding en slapen (wat mag u wel en niet)

6. Sporten en sportsupplementen (wat mag u wel en niet)

7. Geslachtsgemeenschap

8. De eerste wassingen (uitleg en video instructie)

- *Jeuk*

- *Korstjes*

- *Afbrekende haren*

- *Puistjes en bultjes*

- *Stekende pijn in het donorgebied*

- *Vocht of bloeddruppeltjes*

- *Het ontstaan van kale plekken (shockloss)*

9. Helmen, petten en andere hoofddekse

10. De CTS + PRP nazorg behandelingen

11. Kapper

12. Zonnen

13. Zwemmen en sauna

14. Voeding en roken

15. Wax (geen gel), olie, Föhnen, verf/verven, Toppik, fibers, etc.

16. Chemische middelen zoals Minoxidil, Finasteride en DHT blockers

17. Tijdlijn van de ontwikkeling van haren

1. Nazorg tijdlijn van uw haartransplantatie

Uw voorbereiding (belangrijk!)

1. Controleer of onze e-mails in uw inbox belanden en niet in uw spam-box. Gedurende uw 12 maanden lange nazorgtraject ontvangt u namelijk meerdere e-mails voor controles en afspraken. Als onze e-mails in uw spam-box terechtkomen, markeer ons dan als "geen spam."

2. Zorg ervoor dat u het programma en de richtlijnen, die reeds per e-mail naar u zijn verstuurd, goed heeft doorgenomen.

3. Het is belangrijk om te weten dat er zijn twee soorten nazorg producten zijn:

1. **CT Lotion en CT Recovery Shampoo:** Voor de eerste 18 dagen. Deze producten ontvangt u van ons direct na de behandeling en neemt u na afloop mee naar huis.

2. **CT Exclusive nazorg producten:** Deze producten zijn voor de resterende maanden volgend op de eerste 18 dagen. Deze producten bestaan uit de CT Exclusive shampoo, CT Exclusive mineralen en CT Exclusive Supplements (slikbare capsules). U bestelt deze zelf via onze webshop waarna deze per post aan u worden toegestuurd. Er zijn pakketten beschikbaar voor 1, 2, 3 of 6 maanden. Deze producten moeten 12 maanden lang worden gebruikt.

Dag 0: De behandeldag

De haartransplantatie behandeling + de eerste PRP nazorg behandeling aansluitend aan de ingreep

De starttijd staat in uw programma. De eindtijd wordt gedurende de dag bekendgemaakt. We adviseren om u te laten afzetten en ophalen. Indien u de gegevens van uw chauffeur achterlaat, kunnen wij hem of haar tijdig telefonisch bereiken.

Dag 1:

- Eerste fysieke nazorg controle waarbij uw verband wordt verwijderd en het operatiegebied wordt schoongemaakt. De tijd staat in uw programma dat u per e-mail van ons ontvangt. U smeert hierna in de avond zelf de overgebleven fusidinecreme op het donorgebied.

Dag 3 tot de korstjes verdwijnen:

- Breng eerst de lotion deppend aan en laat deze 20-30 minuten intrekken. Spoel vervolgens de lotion af en was daarna uw hoofdhuid opnieuw deppend met de shampoo. Deze kunt u direct afspoelen.

- Als uw lotion op is, schakelt u over op "Sebamed Hydraterende Bodylotion." Deze kunt u zelf bij een winkel aanschaffen.

Wassing video instructie: <https://youtu.be/l8LHt0BeTYk>



De Sebamed Hydraterende Bodylotion

Dag 7:

- Begin dagelijks 2 vitaminecapsules van de CT Exclusive Supplements in te nemen na een maaltijd (het maakt niet uit na welke maaltijd).

Dag 14:

Voor het bevorderen van een gezond herstel van de hoofdhuid en het soepel loslaten van korstjes, kunt u de CT Herstelolie aanschaffen via onze webshop. De olie mag 2x per dag worden gebruikt met 5 tot 10 spuitjes op het desbetreffende gebied. De olie is geschikt voor zowel het donorgebied als het implantatiegebied. Daarnaast kan de olie deppend worden aangebracht voor verlichting bij blauwe plekken, pijn, brandwonden en zware huidtrauma's.

FUE CT Herstelolie

De olie bevordert het natuurlijke herstelproces van de huid door korstjes op een zachte en gezonde manier los te laten. Ze voedt de huid met essentiële vetten, waardoor de huid gehydrateerd blijft en sneller herstelt, zodat korstjes soepel en zonder irritatie loskomen zonder de onderliggende huid te beschadigen. Dankzij de kalmerende werking en de antivirale en antiseptische eigenschappen, beschermt de olie de huid tegen infecties en vermindert het ongemak. De olie wordt geteeld zonder het gebruik van medicijnen, volgens traditionele landbouwmethoden, wat zorgt voor een puur en natuurlijk product. Daarnaast kan de olie deppend worden aangebracht voor verlichting bij blauwe plekken, pijn, brandwonden en zware huidtrauma's.

Dag 18:

- U ontvangt een automatisch verzoek via e-mail om foto's toe te sturen en een aantal vragen te beantwoorden. De foto's worden beoordeeld door de specialist, waarna u een terugkoppeling ontvangt. Als u toestemming krijgt om te stoppen met de lotion en aftercare shampoo, kunt u overstappen op de CT Exclusive shampoo. Mix in dat geval elk klein 'vitamin ball' -potje met een volledige fles CT Exclusive shampoo. Draai de fles altijd een aantal keren om voor gebruik, omdat de 'vitamin balls' naar de bodem zakken door hun gewicht. Schudden is soms niet voldoende. U wast nog steeds deppend tot het einde van de 4e week.

Na 18 dagen:

Let op: het is gebruikelijk dat bij sommige cliënten nieuwe kale(re) plekken ontstaan. Dit noemen we een tijdelijke haar shockloss. Het is een tijdelijke reactie van het lichaam waarbij de getransplanteerde haren tijdelijk afbreken/uitvallen. Dit kan geen kwaad. Het is een natuurlijke reactie van de haarzakjes. Dit zal zich tussen de 4e en 6e maand herstellen.

**Week 4:**

- Stop met deppend wassen en begin met masserend wassen. U mag weer met een normale waterstraal douchen.

Tussen week 3 en 5:

- Eerste CTS-behandeling, dit fungeert ook als fysieke controle. U plant de CTS + PRP behandeling via de unieke link die u per e-mail van ons heeft ontvangen. Hiermee verschaft u zichzelf toegang tot onze agenda om de afspraak zelf binnen de geadviseerde periode te plannen, te voldoen en indien nodig te wijzigen. Meld u af als u verhinderd bent om kosten te voorkomen.

Tussen maand 3 en 5:

- Tweede CTS + PRP behandeling, eveneens een fysieke controle. U plant de CTS + PRP behandeling via de unieke link die u per e-mail van ons heeft ontvangen. Hiermee verschaft u zichzelf toegang tot onze agenda om de afspraak zelf binnen de geadviseerde periode te plannen, te voldoen en indien nodig te wijzigen. Meld u af als u verhinderd bent om kosten te voorkomen.

Tussen maand 5 en 7:

- Derde CTS + PRP behandeling, ook een fysieke controle. U plant de CTS + PRP behandeling via de unieke link die u per e-mail van ons heeft ontvangen. Hiermee verschaft u zichzelf toegang tot onze agenda om de afspraak zelf binnen de geadviseerde periode te plannen, te voldoen en indien nodig te wijzigen. Meld u af als u verhinderd bent om kosten te voorkomen.

Maand 6:

- Tweede online controle.

Kruingebied

De haargroei op de kruin verloopt vaak trager dan op de rest van de hoofdhuid, en het resultaat kan variëren per persoon. Dit komt door de genetisch lagere doorbloeding van het kruingebied. Sterkere haarzakjes (grafts) worden aan de voorkant geïmplanteerd, terwijl minder sterke grafts (dunner en single/double) naar de kruin gaan. Hierdoor kan de haargroei op de kruin iets lichter en dunner zijn dan elders.

Maand 12:

- Derde en laatste online eindcontrole. Uw haarlengte dient minimaal 5 centimeter te zijn.

2. Direct na de haartransplantatie

Na uw haartransplantatie ontvangt u instructies over hoe u vanaf 3 dagen na de behandeling de eerste 30 dagen uw hoofdhuid deppend moet wassen met de meegeleverde lotion en shampoo. Voor de resterende maanden dient u onze CT Exclusive nazorg producten aan te schaffen via onze webshop. Onze zendingen worden op dinsdagen en vrijdagen verstuurd. De instructies hiervoor ziet u in de wassingvideo.

De dag na uw haartransplantatie staat er een wondcontrole op de planning, die u kunt terugvinden in uw nazorg tijdslijn. U ontvangt een e-mail met een unieke link naar onze online agenda, waarmee u uw nazorg behandelingen kunt inplannen. Controleer of deze e-mails niet in uw spam-box terecht komen. Als dit het geval is, markeer ons dan als "geen spam."

Het tijdig volgen van de CTS/PRP nazorg behandelingen en het gebruik van de CT nazorg producten zijn cruciaal voor het behalen van het beste resultaat. Het niet naleven van deze richtlijnen kan leiden tot een suboptimaal resultaat. Deze behandelingen en producten zijn een essentieel onderdeel van uw nazorgtraject.

Daarnaast is het belangrijk om uw foto's op te sturen als reactie op onze controleverzoeken per e-mail. Dit helpt ons om uw dossier compleet te maken, zodat we u bij toekomstige vragen optimaal van dienst kunnen zijn.

Als u in de toekomst problemen ondervindt met uw hoofdhuid, zoals eczeem of andere huidproblemen, geef dit dan onmiddellijk aan ons door.

Na 3 maanden is het gebruikelijk dat u dagelijks circa 50 tot 100 haren verliest. Het is geen reden tot zorg.

* Dit is geen shockloss, maar de haarcyclus

3. Veranderingen in het gevoel van de hoofdhuid

Na de haartransplantatie kan uw hoofdhuid mogelijk anders aanvoelen, namelijk:

Minder gevoelige hoofdhuid (hyposensitief): Het getransplanteerde gebied kan de eerste 9 tot 12 maanden gevoelloos aanvoelen. In de meeste gevallen herstelt het normale gevoel zich binnen deze periode, maar in zeldzame situaties kan de gevoelloosheid ook na 12 maanden aanhouden.

of

Overgevoelige hoofdhuid (hypersensitief): Het getransplanteerde of donorgebied kan soms gevoeliger zijn dan normaal. Deze overgevoeligheid verdwijnt meestal rond de 12e maand na de haartransplantatie. In zeldzame gevallen kan de verhoogde gevoeligheid echter langer aanhouden.

4. Medicatie na de ingreep

Let op: Prednisolon staat op de **dopinglijst** voor topsporters en blijft ongeveer 5-6 weken in uw bloed.

Na uw haartransplantatie ontvangt u een medicatiepakket met de volgende middelen. Volg het bijgeleverde medicatieschema voor een juiste inname:

Pijnstilling: Na de ingreep kunt u lichte pijn en zwelling ervaren in zowel het getransplanteerde als het donorgebied. Hiervoor kunt u paracetamol gebruiken. Als paracetamol onvoldoende verlichting biedt, mag u in overleg met uw huisarts een sterkere pijnstiller nemen, zoals brufen, berofen, ibuprofen, naproxen of diclofenac. Dit is echter zelden nodig. Mocht u langer dan een dag hevige pijn ervaren, neem dan contact met ons op.

FUE CT Herstelolie

De olie bevordert het natuurlijke herstelproces van de huid door korstjes op een zachte en gezonde manier los te laten. Ze voedt de huid met essentiële vetten, waardoor de huid gehydrateerd blijft en sneller herstelt, zodat korstjes soepel en zonder irritatie loskomen zonder de onderliggende huid te beschadigen. Dankzij de kalmerende werking en de antivirale en antiseptische eigenschappen, beschermt de olie de huid tegen infecties en vermindert het ongemak. De olie wordt geteeld zonder het gebruik van medicijnen, volgens traditionele landbouwmethoden, wat zorgt voor een puur en natuurlijk product. Daarnaast kan de olie deppend worden aangebracht voor verlichting bij blauwe plekken, pijn, brandwonden en zware huidtrauma's.

Prednisolon: Als u geen diabetes mellitus heeft, gebruikt u de ontstekingsremmer Prednisolon (Prednol).

Let op: Prednisolon staat op de **dopinglijst voor topsporters** en blijft ongeveer 5-6 weken in uw bloed.

Dit is een korte kuur en zorgt ervoor dat het ingespoten vocht wordt afgedreven.

Antibioticum: Ter preventie van het ontstaan van huidinfecties neemt u uit voorzorg een antibioticum.

Fusidinezuurcrème: Vanaf de eerste dag na het wassen brengt u deze crème in de avond dun aan op het donorgebied. Op de dag van de operatie wordt uw tube geopend en gebruikt. U kunt de fusidinezuurcrème blijven smeren tot de tube leeg is; het is niet nodig een nieuwe tube aan te schaffen.

Belangrijk: Neem de voorgeschreven medicatie nauwkeurig in volgens het schema. Als u allergisch bent voor bepaalde medicijnen, geef dit dan aan ons door. Stop direct met de medicatie als u symptomen van een allergische reactie ervaart, zoals huiduitslag, misselijkheid of diarree, en informeer ons hierover.

Dag	Tijdstip	Medicatie
Dag 0	Na de behandeling	Antibiotica, Paracetamol, Prednisolon
Dag 1	s ochtends na ontbijt s middags tijdens lunch s avonds tijdens diner	Antibiotica, Prednisolon Antibiotica, Prednisolon Antibiotica, Prednisolon <i>Naast bovenstaand kunt u bij pijn nog aanvullend 3 paracetamol per dag innemen</i>
Dag 2	s ochtends na ontbijt s middags tijdens lunch s avonds tijdens diner	Antibiotica, Prednisolon Antibiotica, Prednisolon Antibiotica, Prednisolon <i>Naast bovenstaand kunt u bij pijn nog aanvullend 3 paracetamol per dag innemen</i>
Dag 3	s ochtends na ontbijt s middags tijdens lunch s avonds tijdens diner	Antibiotica, Prednisolon Antibiotica, Prednisolon Antibiotica, Prednisolon <i>Naast bovenstaand kunt u bij pijn nog aanvullend 3 paracetamol per dag innemen</i>
Dag 4		

	s ochtends na ontbijt s middags tijdens lunch s avonds tijdens diner	Antibiotica, Paracetamol Antibiotica Antibiotica
	<i>Naast bovenstaand kunt u bij pijn nog aanvullend 3 paracetamol per dag innemen</i>	
Dag 5	s ochtends na ontbijt s middags tijdens lunch s avonds tijdens diner	Antibiotica Antibiotica Antibiotica
Dag 6		-
	s ochtends na ontbijt s middags tijdens lunch s avonds tijdens diner	Antibiotica Antibiotica Antibiotica
Dag 7		-
	s ochtends na ontbijt s middags tijdens lunch	Antibiotica

- **Pijnstilling:** Na de haartransplantatie kunt u last hebben van stekende/brandende pijn in zowel het geïmplanteerde- als het donorgebied. U kunt hiervoor paracetamol innemen (zie schema hierboven). Indien paracetamol niet voldoende helpt, kunt u naast paracetamol een sterkere pijnstilling innemen (zoals Brufen, Ibuprofen, Nerofen, Naproxen of Diclofenac). Dit komt echter zelden voor. Mocht u langer dan een week hevige pijn ervaren, neem dan contact met ons op.
- **Prednisolon:** Tegen de zwelling na de operatie gebruikt u Prednison die wij hebben voorgeschreven. Bij Diabeten en topsporters wordt deze medicatie niet gegeven.
- **Antibioticum:** Om de kans op infectie te voorkomen gebruikt u uit voorzorg antibiotica: Floxapen.
- **Fusidinezuurcrème:** Deze antibioticazalf dient u zelf vanaf de eerste dag na de wondcontrole 1 keer per dag dun op het donorgebied aanbrengen, totdat de zalf op is.
- **Allergie**
Het is belangrijk dat u de medicijnen volgens ons medicatieschema inneemt. Als u allergisch bent voor medicijnen is het belangrijk dat u dit van tevoren aan ons meldt. Stopt direct met de medicijnen indien klachten optreden die kunnen passen bij een allergische reactie (huiduitslag, misselijkheid of diarree) en geef het aan ons door!
- **Slaappillen worden afgeraden.**

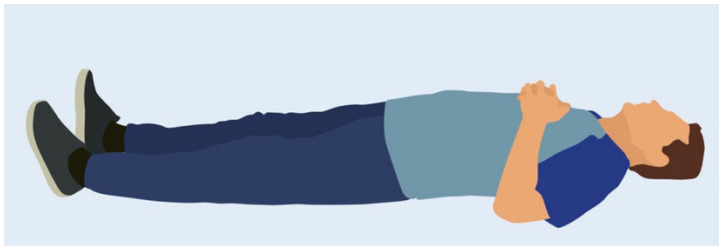
5. Houding en slapen

De eerste 3 dagen na de operatie is het belangrijk dat u goed op uw houding let. Zorg ervoor dat u uw hoofd rechtop houdt tijdens het lopen, liggen en zitten, en voorkom dat u voorover buigt. Tijdens de haartransplantatie wordt vocht geïnjecteerd, dat zich kan verplaatsen als u uw houding niet juist aanhoudt. Hoewel dit geen invloed heeft op het eindresultaat, kan het wel zwelling veroorzaken. Eventuele zwelling verdwijnt doorgaans binnen twee weken, maar blijf in de tussentijd op de juiste houding letten.

Slapen met het nekkussen:

- In de eerste week slaapt u op uw rug met het bijgeleverde nekkussen. U hoeft niet rechtop te slapen. U slaapt dus met ons nekkussen op uw eigen kussen. Dit kussen is essentieel om te voorkomen dat de geïmplanteerde haarzakjes in contact komen met uw slaapkussen, en het helpt ook om te voorkomen dat u in uw slaap draait. Vermijd slaapmedicatie of slaaptabletten, zodat u onbewust het geïmplanteerde gebied niet aanraakt of van positie verandert terwijl u slaapt. Leg een handdoek over uw nekkussen om het schoon te houden. U slaapt op uw rug met het donorgebied rustend op het nekkussen. Er is geen risico op schade, aangezien er geen grafts in het donorgebied zijn geplaatst, en het kruingebied komt niet in contact met het nekkussen.

Voor extra ondersteuning kunt u eventueel nog een extra hoofdkussen onder uw nekkussen leggen.



Het gebruik van de mobiele telefoon: Let ook op uw houding bij het gebruik van uw mobiele telefoon. Vermijd te veel voorover buigen en probeer de telefoon gedurende de eerste 3 dagen op ooghoogte voor u te houden.

6. Sport en sportsupplementen

Beweging en sporten

Gedurende de eerste 30 dagen na de operatie mag u niet sporten, joggen of zware dingen tillen (maximaal 7 kg in de eerste 30 dagen). Vermijd ook inspanningen van de voorhoofdspieren. Rustig wandelen is na 3 dagen toegestaan, maar licht intensief sporten, dansen en joggen absoluut niet.

Na de vierde week kunt u weer beginnen met intensieve duur- en krachttraining. Opbouwen in week 3 tot 4 is absoluut niet toegestaan, dus u sport helemaal niet tot het einde week 4. Na deze periode kunt u direct weer intensief trainen zonder opbouwfase.

Belangrijk!

De bovenstaande richtlijn met betrekking tot sporten is zorgvuldig opgesteld door ons medisch team. Wij verzoeken u vriendelijk om deze nauwkeurig op te volgen en geen afwijkende verzoeken hierover in te dienen. Onze supportafdeling is geïnstrueerd om u duidelijk te wijzen op de voorgeschreven richtlijnen en zal geen afwijkend advies verstrekken.

Sportsupplementen

Tot aan het eindresultaat raden wij aan uitsluitend onze eigen supplementen te gebruiken. Deze bevatten alle benodigde ingrediënten en vitamines in de juiste verhoudingen voor een optimale haargroei. Aanvullende supplementen zijn niet nodig.

Veel gevraagde supplementen

Puur eiwitpoeder: toegestaan

Pre workout: absoluut niet, veel chemische toevoegingen en hoge cafeïne waarden, die de ontwikkeling van de haren kunnen belemmeren

Creatine: absoluut niet, triggert namelijk de testosteron hormonen. Dit resulteert in meer DHT hormonen en haaruitval.

Aminozuren: toegestaan

Belangrijk!

We raden af andere supplementen en ingrediëntenlijsten te gebruiken. We verzoeken u om geen ingrediëntenlijsten aan onze medewerkers voor te leggen, aangezien niet alle producten getest zijn in combinatie met haartransplantaties. We adviseren u om alleen onze CT-supplementen te gebruiken tot het behalen van het eindresultaat, omdat deze speciaal zijn ontwikkeld voor deze techniek en behandeling. Andere producten en hun effectiviteit zijn ons niet bekend. Onze supportafdeling is geïnstrueerd om u duidelijk te wijzen op de voorgeschreven richtlijnen en zal geen afwijkend advies verstrekken.

Vechtsport en helmen

Voor kickboksers en andere vechtsporters geldt het volgende: in de eerste maand is zowel sporten als het dragen van een helm niet toegestaan. Na deze eerste maand mag u gedurende 2 maanden alleen sparren met een helm op. Na 3 maanden kunt u zonder helm of bescherming trainen.

7. Geslachtsgemeenschap

In de eerste week na de operatie wordt aanbevolen om geen geslachtsgemeenschap te hebben. Dit voorkomt mogelijke druk op de spieren van de voorhuid en belemmert een optimaal herstel.

8. De eerste wassingen

Direct na de haartransplantatie ontvangt u CT Repair lotion en shampoo, waarmee u het geïmplanteerde gebied vanaf dag 3 tot de 18e dag beoordeling deppend moet wassen en onderhouden. U ontvangt ook fusidinezuurcrème en medicatie.

In de onderstaande video's wordt uitgelegd hoe u de wassingen op de juiste manier kunt uitvoeren:

NL: <https://youtu.be/l8LHt0BeTYk>

EN: <https://youtu.be/-K6u-9JXk5Y>

De video's beantwoorden ook de volgende vragen:

- Hoe verricht ik de wassingen met de lotion en shampoo?
- Is het erg als er haartjes afbreken? - De korstjes lijken te breken, maar niet weg te trekken.
- Mijn lotion is op, wat nu?
- Hoe lang blijven de korstjes?
- Hoe lang blijft de roodheid?
- Hoe moet ik deppend wassen?
- Hoe verzorg ik het donorgebied?
- Hoe en hoelang gebruik ik de meegeleverde producten?
- Wanneer moet ik de aanvullende CT Exclusive producten uit de webshop bestellen en gebruiken?
- Wanneer is de eerstvolgende online controle? **Na 7 dagen** Kunt u starten met het innemen van CT Exclusive capsule supplementen (zie hiervoor de nazorg tijdlijn).

Week 3 tot 5 Het is tijd voor uw eerste nazorg behandeling op locatie. Zie hiervoor uw nazorg tijdlijn en punt 10. Nazorg behandeling.

Korstjes

De korstjes die ontstaan en/of achterblijven mag u niet verwijderen of loskrabben, omdat dit kan leiden tot het loskomen van goed geplaatste grafts.

Donorgebied Nooit met ongewassen handen aanraken.

Voor het bevorderen van een gezond herstel van de hoofdhuid en het soepel loslaten van korstjes, kunt u de CT Herstelolie aanschaffen via onze webshop. De olie mag 2x per dag worden gebruikt met 5 tot 10 spuitjes op het desbetreffende gebied. De olie is geschikt voor zowel het donorgebied als het implantatiegebied. Daarnaast kan de olie deppend worden aangebracht voor verlichting bij blauwe plekken, pijn, brandwonden en zware huidtrauma's.

FUE CT Herstelolie

De olie bevordert het natuurlijke herstelproces van de huid door korstjes op een zachte en gezonde manier los te laten. Ze voedt de huid met essentiële vetten, waardoor de huid gehydrateerd blijft en sneller herstelt, zodat korstjes soepel en zonder irritatie loskomen zonder de onderliggende huid te beschadigen. Dankzij de kalmerende werking en de antivirale en antiseptische eigenschappen, beschermt de olie de huid tegen infecties en vermindert het ongemak. De olie wordt geteeld zonder het gebruik van medicijnen, volgens traditionele landbouwmethoden, wat zorgt voor een puur en natuurlijk product. Daarnaast kan de olie deppend worden aangebracht voor verlichting bij blauwe plekken, pijn, brandwonden en zware huidtrauma's.

Vocht of bloeddruppeltjes

Als er in de eerste dagen vocht of bloeddruppels vrijkomen, kunt u dit voorzichtig deppen met een schoon gaasje of keukenrol. Door te deppen voorkomt u schade aan het gebied. Als er bloedpropjes ontstaan, mag u deze niet verwijderen of krabben, omdat dit kan leiden tot het loskomen van goed geplaatste grafts.

Puistjes en bultjes

Puistjes kunnen zowel op het donorgebied als op het geïmplanteerde gebied ontstaan.

Op het donorgebied: voor puistjes op het donorgebied adviseren wij om ze voorzichtig te masseren tijdens het wassen en daarna te ontsmetten met alcohol of jodium. Breng een kleine hoeveelheid jodium aan op een schoon gaasje en deppend aan op het donorgebied.

Op het geïmplanteerde gebied: deze kunnen pas vanaf de 30e dag na de haartransplantatie worden gemasseerd en ontsmet met alcohol of jodium, zoals hierboven beschreven.

Belangrijk: u mag puistjes nooit uitknijpen, omdat dit zwellingen kan veroorzaken. Als er bulten zijn ontstaan, kunt u deze 5 dagen met jodium ontsmetten. Masseer puistjes alleen onder de douche met uw vingertoppen, nooit met uw nagels.

Pet of hoofddekseel Het dragen van een pet is toegestaan na 4 dagen. Of andere hoofddekseel wel/niet zijn toegestaan leest u bij punt 9.

Breken er haren af? Het is gebruikelijk circa 50 tot 100 haren per dag te verliezen, het is geen reden tot zorg.

Last van stekende pijn in het donorgebied?

Bij een klein percentage van onze cliënten kan het voorkomen dat zij tijdens het herstel van het donorgebied stekende pijn ervaren. Deze pijn kan ontstaan door de druk van de geïnjecteerde zoutoplossing of vocht op de zenuwen, omdat het niet voldoende kan wegtrekken. In dat geval adviseren we enigszins schuin op uw zij te slapen om druk op het donorgebied te voorkomen. Het kan verder geen kwaad en heeft geen effect op het eindresultaat. De pijn kan circa 2 tot 3 weken aanhouden. Verder mag u 3 keer per dag

1000mg paracetamol innemen. Om de medicatie op te schroeven kunt u in de ochtend en voor het slapen de paracetamol ook met 400 mg ibuprofen combineren.

Jeuk

Jeuk in het geïmplanteerde en donorgebied na een haartransplantatie is normaal en wijst op het herstel van de hoofdhuid. Maak u geen zorgen, tenzij de jeuk gepaard gaat met een branderig of stekend gevoel, of als de hoofdhuid paars of donker verkleurt. In dat geval verzoeken wij u om ons zo snel mogelijk te informeren.

De jeuk zal geleidelijk afnemen en de duur varieert per cliënt. Om de jeuk te verlichten, kunt u CT Recovery Oil gebruiken. Breng deze olie een week na de haartransplantatie deppend aan op het geïmplanteerde gebied, en al twee dagen na de ingreep op het donorgebied. CT Recovery Oil is een biologisch product met wetenschappelijk bewezen herstel bevorderende eigenschappen. U kunt het bestellen via onze webshop.

Ontstaan er kale plekken? (Shockloss)

Na de behandeling kunt u last krijgen van een zogeheten shockloss, wat zich uit in tijdelijke kale plekken op het donorgebied en soms ook op het geïmplanteerde gebied. Shockloss is een gebruikelijk verschijnsel waarbij er haren uitvallen, maar het haar groeit weer terug tussen de 5e en 6e maand na de haartransplantatie. Tijdens de CTS-behandelingen richten wij ons op het stimuleren van de haargroei in deze gebieden. Heeft u vragen hierover? Stuur gerust een bericht naar onze WhatsApp supportlijn.

Nog korstjes en/of schilfers na 25 dagen?

Stuurt u dan een aantal foto's naar onze WhatsApp-supportlijn.

WhatsApp supportlijn

Heeft u nog vragen over deze instructies? Neem dan contact op via onze vernieuwde WhatsApp-supportlijn: +31(0)6 184 280 01 (alleen WhatsApp, geen telefoongesprekken). Vanwege het grote aantal cliënten is WhatsApp doorgaans sneller dan telefonisch contact, omdat we anders vrij snel overbelast raken. Bovendien is het handig voor het ontvangen van eventuele aanvullende foto's.

Let op: Het kan voorkomen dat er soms korstjes en/of restjes loskomen met een afgebroken haartje. Hoewel de haartjes kunnen breken, raakt het haarzakje niet beschadigd. Het haarzakje zal tussen week 8 en 10 een nieuw haartje ontwikkelen. Zolang u tot het einde van de 4e week deppend blijft wassen hoeft u zich geen zorgen te maken. Een aantal voorbeelden:



9. Helmen, petten en andere hoofddeksels

Pet: na 4 dagen kunt u losjes een pet dragen (niet te strak)

Muts: nadat de korstjes weg zijn (doorgaans na 18 dagen)

Skibril: nadat de korstjes weg zijn (doorgaans na 18 dagen)

Spuitmasker: na 14 dagen

Bouwhelm/veiligheidshelm: na 14 dagen

Motorhelm: nadat de korstjes weg zijn (doorgaans na 18 dagen)

Militaire pet: na 4 dagen kunt u losjes een pet dragen (niet te strak)

Durag: na 30 dagen

10. De nazorg behandelingen (CTS + PRP)

Circa 1 dag na uw haartransplantatie ontvangt u een unieke link naar een online agenda waarmee u uw nazorg behandelingen kunt inplannen.

Tijdens uw 12 maanden herstel is het noodzakelijk om minimaal drie keer terug te komen voor verplichte nazorg sessies, waarbij elke sessie bestaat uit twee behandelingen (CTS + PRP).

CTS is een door onszelf ontwikkelde formule van vitamines en mineralen die de conditie van de hoofdhuid optimaliseert. De behandeling wordt enkel door onze Als haartransplantatie cliënt ontvangt u €200 korting per behandeling, waardoor de kosten per CTS-behandeling €295 bedragen. Bovendien krijgt u bij elke CTS-behandeling een gratis PRP-behandeling (ter waarde van €495).

De CTS behandelingen stimuleren de hoofdhuid conditie en versterken de haargroei. Hiermee zullen de geïmplanteerde haren een verbeterde textuur verkrijgen. Deze behandeling kan ook haarverdunding en haaruitval van de bestaande haren remmen.

De voordelen

- Verbetert de doorbloeding van de hoofdhuid
- Verhoogt het slagingspercentage
- Versterkt de gezonde haargroei volledig biologisch

- Remt in combinatie met bloedplasma de erfelijke haaruitval
- Wordt enkel in combinatie met de FUE CT haartransplantatie toegepast

Wat mag wel en niet?

- U mag en kunt autorijden na de behandeling
- Gelieve geen gel, haarlak of andere styling producten aanbrengen. Wij verzoeken u vriendelijk om uw haren van tevoren goed te wassen;
- Na de behandeling kunt u uw haren 6 uur niet wassen
- Gelieve 24 uur van tevoren géén alcohol meer nuttigen;
- Indien u medicijnen gebruikt verzoeken wij u deze mee te brengen
- Indien van toepassing: bloedtesten van uw huisarts of specialist (niet ouder dan 3 maanden)

Het schema van uw nazorg behandelingen ziet er als volgt uit:

- Behandel dag: Behandeling + PRP
- Sessie 1: CTS (tussen week 3 en 5 na de haartransplantatie)
- Sessie 2: CTS + PRP (tussen maand 3 en 5 na de haartransplantatie)
- Sessie 3: CTS + PRP (tussen maand 5 en 7 na de haartransplantatie)

Via de online agenda voor het inplannen van uw behandelingen kunt u enkel de geadviseerde data aanklikken. U kunt dus nooit buiten de geadviseerde periode(n) plannen.

Daarnaast is het noodzakelijk om onze CT Exclusive nazorg producten te gebruiken, bestaande uit biologische shampoo, CT Exclusive supplementen en mineralen. De kosten hiervoor bedragen circa 50 euro per maand. De producten vindt u op onze webshop.

11. Kapper

Onderstaand vindt u de instructies voor het knippen van uw haren. Volg deze zorgvuldig om de haargroei niet te belemmeren.

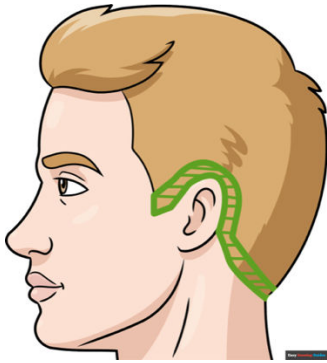
Belangrijk!: Het vroegtijdig en afwijkend van onze richtlijnen knippen of scheren van haren kan de haargroei nadelig beïnvloeden!

Eerste 30 dagen: Knippen of het gebruik van een tondeuse is niet toegestaan voor zowel het geïmplanteerde als het donorgebied.

Na 30 dagen:

- **Donorgebied:** Knip alleen met een schaar tot maximaal 1 centimeter, niet korter. Het gebruik van een tondeuse is tot het eindresultaat (maand 12) niet toegestaan, ook niet met een kam ertussen.
- **Geïmplanteerde haren:** Knip deze alleen als ze pluizig of droog zijn. Verkort maximaal 1 centimeter; houd de haren minimaal 5 centimeter lang voor de beste textuur.

Zijkanten: Opscheren is toegestaan binnen het groen gearceerde gebied, niet hoger of verder.



12. Zonnen

Na dag 4: U mag alleen in de zon of in de schaduw met een pet op.

De eerste maand: Vermijd blootstelling aan de zon zonder pet, ongeacht de temperatuur.

Maand 1 tot 6: Beperk zonblootstelling tot maximaal 10-15 minuten per keer, ongeacht de temperatuur.

Na 6 maanden: Onbeperkte zonblootstelling is toegestaan. Gebruik altijd zonnecrème SPF 50+ bij zonnen en zonnebank. Als u uw hoofd volledig met een handdoek bedekt, kunt u al na 3 maanden onder de zonnebank.

13. Zwemmen en sauna

Zwemmen en het gebruik van de sauna zijn de eerste 30 dagen na de haartransplantatie niet toegestaan. Vanaf de 30e dag kunt u beiden hervatten.

14. Voeding en roken

Voeding

Eet gezond en gevarieerd, vooral in de eerste weken van het herstelproces. Verhoog uw inname van groenten voor optimale voeding. Vanaf de dag na de behandeling raden we aan dagelijks één of meer koppen groene of kruidenthee en water te drinken om de doorbloeding te bevorderen. Voor sportsupplementen, zie punt 6.

Alcohol

Vermijd alcohol vanaf 3 dagen voor de behandeling en tot 7 dagen na de behandeling. In totaal is dat 14 dagen.

Roken Stop met roken gedurende de eerste 6 maanden vanwege de ontwikkelingsfase van de haren. Roken kan de bloedvaten vernauwen, waardoor de haarstructuur mogelijk dunner blijft en het risico op complicaties, zoals bijv. huidstuwning waardoor direct na de operatie stukjes huid kunnen afsterven.

Belangrijk!

De bovenstaande richtlijn met betrekking tot sporten en roken is zorgvuldig opgesteld door ons medisch team. Wij verzoeken u vriendelijk om deze nauwkeurig op te volgen en geen afwijkende verzoeken hierover in te dienen. Onze supportafdeling is geïnstrueerd om u duidelijk te wijzen op de voorgeschreven richtlijnen en zal geen afwijkend advies verstrekken.

15. Wax (geen gel), olie, Föhnen, verf/verven, Toppik, fibers, etc.

Belangrijk!

We verzoeken u om geen ingrediëntenlijsten van andere producten aan onze medewerkers voor te leggen, aangezien niet alle producten getest zijn in combinatie met haartransplantaties. Gebruik alleen onze CT-supplementen tot het behalen van het eindresultaat, omdat deze speciaal zijn ontwikkeld voor deze techniek en behandeling. Andere producten en hun effectiviteit zijn ons niet bekend. Onze supportafdeling volgt strikt de voorgeschreven richtlijnen en verstrekt geen afwijkend advies.

Wax (geen gel) en haarspray Worden afgeraden in de eerste 6 maanden. In de eerste 6 maanden kunt u enkel water of olie gebruiken. Na 6 maanden kunt u haarwax zoals OSIS 4+ gebruiken, maar zorg ervoor dat de wax niet op uw hoofdhuid komt en was het dezelfde dag nog uit. Vermijd andere stylingsproducten zoals haarspray en gel.



Olie

- Arganolie & rozemarijolie: Mag na 30 dagen worden gebruikt, maximaal 2 keer per week. Gebruik per keer maximaal 1 theelepel (ongeveer 10 druppels). Gebruik niet meer, omdat teveel olie de hoofdhuid kan verzadigen, wat de haarzakjes kan verstikken.

FUE CT Herstelolie

De olie bevordert het natuurlijke herstelproces van de huid door korstjes op een zachte en gezonde manier los te laten. Ze voedt de huid met essentiële vetten, waardoor de huid gehydrateerd blijft en sneller herstelt, zodat korstjes soepel en zonder irritatie loskomen zonder de onderliggende huid te beschadigen. Dankzij de kalmerende werking en de antivirale en antiseptische eigenschappen, beschermt de olie de huid tegen infecties en vermindert het ongemak. De olie wordt geteeld zonder het gebruik van medicijnen, volgens traditionele landbouwmethoden, wat zorgt voor een puur en natuurlijk product. Daarnaast kan de olie deppend worden aangebracht voor verlichting bij blauwe plekken, pijn, brandwonden en zware huidtrauma's.

Droge hoofdhuid

Bij een droge hoofdhuid kunt u vanaf de 4e week 2 keer per week FUE CT Recovery olie aanbrengen (10 tot 15 spraybeurten).

Verven

Pas na 12 maanden mag u de haren verven. Gebruik alleen organische verf (ammoniakvrij en met minimaal waterstofperoxide), geen henna.

Haarverdikkingsmiddelen

Wij raden sterk af om producten zoals Toppik, Hairbuilding fibers, of Volumehair te gebruiken. Deze producten kunnen de poriën van de hoofdhuid afsluiten, wat de haargroei negatief beïnvloedt. Het gebruik van haarvezels kan zowel bestaande als geïmplanteerde haren dunner maken en uiteindelijk leiden tot uitval.

Föhnen

Enkel op stand 1 (koel), maximaal 30 seconden.

16. Chemische middelen

Chemische middelen zoals Minoxidil, Finasteride en DHT blockers zijn absoluut niet toegestaan. Wij adviseren enkel biologische middelen, geen medicatie en/of middelen. Door langdurig gebruik kunt u negatieve bijwerkingen krijgen.

17. Tijdljn ontwikkeling van de haren

Dag 0: uw haartransplantatie behandeling

De eerste controle: dag 1 of dag 3 (na het weekend)

Tussen 12 en 18 dagen: door steeds steviger deppend te wassen zullen de korstjes en de witte overgebleven restjes verdwijnen. Op de 18e dag vindt er een online controle plaats op basis van de door u toegestuurde foto's. In de terugkoppeling van de specialist verneemt u of u de lotionkuur moet doorzetten of dat u kunt overstappen op het gebruik van de CT Exclusive shampoo.

14/18 dagen tot 6 weken: de geïmplanteerde haren zullen afbreken en uitvallen. Soms begint dit al iets eerder dan 14 á 18 dagen. Zolang u deppend blijft wassen is dit geen probleem. Tussen week 3 en 5 adviseren we uw eerste CTS nazorg behandeling te ondergaan. De eerste PRP behandeling is direct aan het einde van de behandeldag aan het einde van uw operatie uitgevoerd. De nazorg behandelingen kunt u inplannen en voldoen via uw digitale link, deze ontvangt u per e-mail. Controleert u voor de zekerheid uw spam-box. De nazorg behandelingen dienen ook als fysiek controle moment voor onze haarspecialist om de haargroei te monitoren en uw dossier bij te werken.

6e tot 10e week: in deze periode zal er, door stimulatie van de CTS nazorg behandeling en het gebruik van de CT Exclusive maand kuur, onderhuidse ontwikkelingen plaatsvinden. Echter zal er nog geen zichtbare bovenhuidse ontwikkeling zijn.

10e week: u kunt nu zichtbare stoppeltjes waarnemen. De haargroei verloopt nog niet evenredig, dat is gebruikelijk.

4e maand: in deze periode zal er, door stimulatie van de CTS nazorg behandeling en het gebruik van de CT Exclusive maand kuur, een enorme ontwikkeling van de haren plaatsvinden. De haargroei en dichtheid is nog steeds niet evenredig. Dat is gebruikelijk. U heeft in deze periode circa 30 tot 40% van het eindresultaat behaalt.

Tussen maand 3 en 5 adviseren we uw tweede CTS + PRP nazorg sessie te ondergaan. De nazorg behandelingen kunt u inplannen en voldoen via uw digitale link, deze ontvangt u per e-mail. Controleert u voor de zekerheid uw spam-box. De nazorg behandelingen dienen ook als fysiek controle moment voor onze haarspecialist om de haargroei te monitoren en uw dossier bij te werken.

6e maand: u heeft in deze periode circa 50 tot 70% van het eindresultaat behaalt. In deze periode vindt ook de online 6e maand controle verplaatst. Na het ondergaan van uw CTS + PRP nazorg behandeling zal er meer structurele verbetering tot de 12e maand plaatsvinden.

Tussen maand 5 en 7 adviseren we uw derde en laatste CTS + PRP nazorg sessie te ondergaan. De nazorg behandelingen kunt u inplannen en voldoen via uw digitale link, deze ontvangt u per e-mail. Controleert u voor de zekerheid uw spam-box. De nazorg

behandelingen dienen ook als fysiek controle moment voor onze haarspecialist om de haargroei te monitoren en uw dossier bij te werken.

9e maand: u heeft nu 70% - 90% van het eindresultaat behaalt. Als u nog steeds een dunne haarstructuur heeft kunt u een contact opnemen om een extra CTS + PRP nazorg behandeling laten inplannen om de structuur te verbeteren.

12e maand: u heeft het eindresultaat bereikt en er vindt een online controle plaats. Wij wensen u veel plezier met uw nieuwe haren!

Uit onze klinische ervaring blijkt dat de ontwikkeling van de structuur nog tot de 18e maand kan doorgaan.

De haargroei op de kruin verloopt trager dan op de rest van de hoofdhuid, en het resultaat van de dekking van de kruin verschilt per persoon. Dit komt door de genetisch lage doorbloeding van het kruin gebied. De sterkste haarzakjes (grafts) worden aan de voorkant geïmplanteerd, terwijl de minder sterkere grafts op de kruin worden geplaatst. Hierdoor kan het uiteindelijke resultaat op de kruin wat dunner blijven, omdat dit gebied genetisch gezien minder bloedvaten bevat waardoor het proces in dit gebied trager kan verlopen en u het eindresultaat op dit gebied mogelijk pas wat later behaalt.

Na het eindresultaat: halfjaarlijks CTS + PRP. Het gereduceerde cliënt tarief blijft gelden in combinatie met de kosteloze PRP behandeling.

Heeft u verder nog vragen?

Raadpleegt u onze WhatsApp support lijn: +31(0)6 184 280 01.

Met vriendelijke groet,
Hairworld Istanbul