

Votre vie quotidienne après une greffe capillaire

Dr Jonathan Fernandez

Chirurgien Esthétique

*Membre de la Société Française de Chirurgie Restauratrice de la Calvitie
Enseignant au Diplôme Universitaire Européen de la Calvitie*



Ne pas faire monter la pression sanguine au niveau de la tête durant 3 jours :

- Ne pas crier ou rire fort
- Ne pas mettre la tête en bas
- Eviter le stress
- Ne pas mâcher de *chewing-gum*
- Manger des aliments ne demandant pas d'effort important de mastication

Pour dormir

- Pendant 7 jours, vous pouvez dormir sur le côté ou sur le dos. La zone réimplantée ne doit jamais toucher la literie ou l'oreiller.
- Ne pas dormir sur le ventre

Pour vous coiffer

- Ne pas utiliser de laque, gel, teinture capillaire ou autres produits hormis ceux prescrits durant 1 mois.
- Ne pas toucher la zone implantée avec un peigne ou autre objet

Pour sortir à l'extérieur

- Eviter l'exposition solaire pendant 1 mois

- En cas de pluie, penser à vous munir d'un parapluie durant 10 jours afin de ne pas abîmer les greffons avec l'eau de pluie.
- Si vous faites de la moto ou du vélo : ne pas porter de casque pendant 3 à 4 semaines

Le sport :

- Pas de sport pendant 7 jours
- Pas de port de charges lourdes pendant 7 jours
- Pas de transpiration sur le crâne pendant 3 à 4 semaines
- Pas de traumatisme du cuir chevelu pendant 1 mois
- Ne pas immerger la tête dans la piscine ou la mer pendant 1 mois

Pour tous renseignements complémentaires

Téléphone : 04.92.14.19.02

E-mail : docteur.fernandez.esthetique@gmail.com

Site internet : dr-fernandez-esthetique.com

88 CIMIEZ ESTHETIQUE