

Cronograma Geral do Pós Transplante Capilar

7 Dias Antes da Cirurgia:

- Proibido tomar aspirina ou remédios que contenham AAS, como Doril, Melhoral, Bufferin, antiinflamatórios, etc.
- Evite fazer uso de vitamina e GinkoBiloba, pois podem alterar a coagulação sanguínea.
- Proibido tomar anticoagulantes como Warfarin, Clopidogrel, antiagregantes plaquetários como AAS e alguns anti-inflamatórios como Doril, Melhoral, Bufferin cetoprofeno e ibuprofeno pois podem alterar a coagulação sanguínea.
- Caso use medicamentos controlados para pressão, coração, ou outros, o mesmo deve ser mantido normalmente.
- Não é necessário cortar os cabelos no caso da FUT, é aconselhável que os fios tenham de 5 a 7cm de comprimento, isso ajuda a cobrir os pontos.
- Na Técnica FUE, o corte deverá ser realizado na clínica.
- Fumar prejudica o crescimento dos novos fios.

3º Dias Antes da Cirurgia:

- Evite fazer uso de vitaminas E e GinkoBiloba, Ginsena, Cápsulas de Alho e Minoxidil pois podem alterar a coagulação sanguínea.
- Caso use medicamentos controlados para pressão, coração, ou outros, o mesmo deve ser mantido normalmente.

1º Dia Antes da Cirurgia:

- Caso haja necessidade de utilizar algum analgésico, tomar apenas DIPIRONA ou Paracetamol.
- Mantenha uma boa alimentação e consuma, no mínimo, um litro de água/líquidos. (Antes do início do Jejum).
- O consumo de alimentos e bebidas, deve ser interrompido até 8h antes da cirurgia para que se cumpra o jejum necessário ao procedimento. **(8h de jejum).**
- **Lave os cabelos à noite ou pela manhã (último banho),** usando somente o sabonete líquido RIOHEX 2%___100ml. Ou SOAPEX___120ml.



No Dia da Cirurgia - Pós Operatório Imediato:

[Link do Vídeo do Youtube para Explicação deste Procedimento](#)

- Manter repouso absoluto e não lavar os cabelos em casa.
- Evite tocar nos cabelos recém-colocados **de modo algum.**
- **Não dirija** após a cirurgia. Cuidado ao sair e entrar do carro.
- **Evite abaixar a cabeça,** ou fazer qualquer esforço logo após a cirurgia.

- **Evite calor e o uso de ar condicionado** à noite.
- Tenha uma refeição leve, sopa ou massa e com pouco sal.
- Continue tomando os seus remédios, principalmente, para hipertensão e diabetes, quando for o caso.
- Descanse confortavelmente, pode ser utilizado um travesseiro macio, ou rolete (toalha macia enrolada) sob a nuca para evitar apoiar diretamente sobre os pontos.
- Ir no banheiro acompanhado.
- No dia seguinte comparecer a clínica para a 1º Lavagem e receber próximas orientações.
- **Usar 2 travesseiros para dormir com a barriga para cima (por 5 dias)** para evitar o inchaço. Evitar de encostar a fronha ou lençol na área transplantada, use um rolete (toalha macia enrolada) sob a nuca para evitar apoiar diretamente sobre os pontos.

No Dia Seguinte da Cirurgia - 1º Dia Pós Operatório:

Prescrição Médica - Tome a medicação antes mesmo de sentir dor.

- Continue tomando DIPIRONA 4 vezes ao dia, nos 2 primeiros dias e após em caso de dor.



- Se somente com o uso da dipirona continuar com dor, entrar em contato com a clínica: **Enfermagem** - 11-937391399
- O restante das medicações siga corretamente conforme a prescrição médica.
- Geralmente a dor é leve, descrita pelos pacientes mais como um desconforto do que dor, na região doadora

Demais orientações:

- **Manter repouso e não lavar os cabelos em casa.**
- **Evite tocar nos cabelos recém-colocados.**
- **Evite dirigir após a cirurgia pois devido a sedação você ainda ficará com alteração de reflexo.**
- **Evite abaixar a cabeça, ou fazer qualquer esforço logo após a cirurgia.**
- **Evite calor e o uso de ar condicionado.**

- Tenha uma refeição leve, sopa ou massa e com pouco sal, para evitar o aumento / formação de inchaço no rosto.
- Descanse confortavelmente, pode ser utilizado um travesseiro macio, ou rolete (toalha macia enrolada ou travesseiro de pescoço usado em viagens).
- Ir no banheiro acompanhado.
- No dia seguinte comparecer a clínica para a 1º Lavagem e receber próximas orientações.
- **Usar 2 travesseiros para dormir com a barriga para cima (por 5 dias)** para evitar o inchaço. Evitar de encostar a fronha ou lençol na área transplantada, use um rolete (toalha macia enrolada) sob a nuca para evitar apoiar diretamente sobre os pontos.
- **Faça compressa com água gelada na testa e olhos (3x ao dia por 5 dias),** massageando com as pontas dos dedos, puxando para baixo. Isso ajuda a evitar o edema.

No 2º, 3º e 4º dia Após a Cirurgia:

- Lavar a cabeça conforme orientações dadas no consultório, seguindo os cuidados sugeridos pela equipe. Evitar o jato de chuveiro diretamente na cabeça, **usar Shampoo Johnson's®** e colocar em toda a cabeça, na região do Transplante e na região doadora. Lavar com água de morna para fria com as pontas dos dedos, fazendo movimentos leves e circulares.
- Após o banho, secar a cabeça fazendo movimentos de compressão leve, não esfregar a área receptora.
- Sempre que lavar a cabeça utilizar uma toalha de rosto por lavagem. Não secar 2 x com a mesma toalha.
- Fazer higienização (asepsia) na região Occipital (doadora) com o Riohex 2%, antes de aplicar a pomada 2x ao dia (Pela manhã e a noite).
- Umedecer a região receptora com soro Fisiológico, 3x ao dia até o 5º dia.



- Fazer compressa gelada na região da testa e olhos, 3x ao dia por 5 dias com toalha / gaz / algodão.
- Durma de barriga para cima.

5º Dia Remoção das Crostas:

[Link do Vídeo do Youtube para Explicação deste Procedimento](#)

- **Óleo Johnson's.** Usar no couro cabeludo, antes de lavar a cabeça, para amolecer as crostas (**iniciar no 5º dia pós cirurgia**).



Dez minutos antes de entrar no banho, coloque óleo Johnson's®, em toda a área receptora (onde foram implantados os fios novos), faça uma compressa com toalha morna, deixe agir por 10 minutos. Em seguida lave os cabelos conforme orientações anteriores, com mais espuma para remover todo o óleo, o que ajudará na remoção das crostas.

- Use uma gaze passando de trás para frente e para trás, o que ajudará na remoção das crostas (com dez dias o ideal é que tenha removido todas).
- Elas devem ser removidas aos poucos, dia após dia.
- Na maioria dos casos, elas caem juntamente com o fio de cabelo, o que é normal e faz parte do processo do pós operatório.
- **Repita a operação com óleo JOHNSON'S® até caírem todas as crostas.**
- Terminando as crostas volte a lavar somente com o Shampoo Johnson's até o retorno.

Cuidados que deverão ser tomados no pós operatório

- Evitar o contato com o sol, se necessário poderá utilizar bonés ou chapéu largos que não comprimam a cabeça, seu uso deve ser mínimo pois o ideal é manter a cabeça bem arejada para ajudar no processo de cicatrização.
- **Piscina e água do mar devem ser evitadas no primeiro mês.**

- **Evitar o uso de capacete nos três primeiros meses.**
- **Manter repouso sem atividades físicas até o próximo retorno.**
- Após a retirada dos pontos, os exercícios podem ser aumentados aos poucos e normalizados após 30 dias.

Como "Refrescar a região do Transplante":

- **Soro Fisiológico 500ml.** Realizar borrifadas região do transplante (a vontade).



Como tomar o "Banho Pós Cirurgia":

[Link do Vídeo do Youtube para Explicação deste Procedimento](#)

- **Shampoo Johnsons__**Lavar o couro cabeludo, **suavemente 1 x ao dia.**



- **Óleo Johnson's__200ml.** Usar no couro cabeludo, antes de lavar a cabeça, para amolecer as crostas **(iniciar no 5º dia da cirurgia).**



Orientações gerais para o Banho:

- Sempre que lavar a cabeça utilizar uma toalha de rosto por lavagem. **Não secar 2x com a mesma toalha.**
- Não lavar a cabeça com a água quente (poderá inflamar a região do transplante). **Utilizar água morna.**
- Lavar a cabeça conforme orientações dadas no consultório, seguindo os cuidados sugeridos pela equipe. **Evitar o jato de chuveiro diretamente na cabeça, usar Shampoo Johnsons** e colocar em toda a cabeça, na região do Transplante e na região Occipital. Poderá lavar com as pontas dos dedos, fazendo movimentos leves e circulares.
- **Após o banho, secar a cabeça fazendo movimentos de compreensão leve e não esfregar a área receptora.**

Como realizar a "Higienização da área doadora com Antisséptico" :

[Link do Vídeo do Youtube para Explicação deste Procedimento](#)

- Passe o antisséptico de manhã e a noite na cicatriz por 7 dias. Fazer higienização (asepsia) na região Occipital (doadora) com Riohex 2%, antes de aplicar a pomada Verutex 2x ao dia por 7 dias.
- **Clorexidina RIO HEX Aquosa - Antisséptico___100ml. Usar 2x ao dia.** Não passar na área do transplante, **somente na cicatriz (parte de trás).**



- **Gaze** Para limpar a região do transplante com Óleo Johnson para a retirada das crostas. E também, para limpar a região da cicatriz (parte de trás) com o antisséptico RIO Hex, em seguida, passar verutex.



- **Verutex 2%___ 20Gr.** Aplicar na região Occipital. **2x ao dia por 7 dias.**
***Somente para a cirurgia FUE**



1° Dia	2° Dia	3° Dia	4° Dia	5° Dia	6° Dia	7° Dia

Guia de Medicamentos - Kit Pós Cirúrgico

Tome a medicação antes mesmo de sentir dor.

- **Omeprazol__20mg.** Tomar 1 Comprimido ao dia **por 5 dias.**
(05:30 / 12:00 / 18:00 / 00h00).



- **Dipirona__1g.** Tomar 1 Comprimido de 6/6 horas **por 2 dias.**
(06:00 / 12:00 / 18:00 / 00h00).



- **Prednisona__20mg.** Tomar 1 Comprimido de 12/12 horas **por 2 dias.**
(06:00 / 18:00).



- **Bi-Profenid__150mg.** Tomar 1 Comprimido de 12/12 horas, **por 5 dias.**
(06:00 / 18:00).



- **Cefadroxila__500mg.** Tomar 1 Comprimido de 6/6 horas, **por 7 dias.**
(12:00 / 18:00).



Guia do Cronograma e Controle de Medicamentos

05:30 e 06:00 - Alarme / Lembrete

- **Omeprazol__20mg.** Tomar 1 Comprimido ao dia **por 5 dias.**
(05:30).

1° Dia	2° Dia	3° Dia	4° Dia	5° Dia

- **Dipirona__1g.** Tomar 1 Comprimido de 6/6 horas **por 2 dias.**
(06:00)

1° Dia	2° Dia

- **Prednisona__20mg.** Tomar 1 Comprimido de 12/12 horas **por 2 dias.**
(06:00)

1° Dia	2° Dia

- **Bi-Profenid__150mg.** Tomar 1 Comprimido de 12/12 horas **por 5 dias.**
(06:00)

1° Dia	2° Dia	3° Dia	4° Dia	5° Dia

- **Cefadroxila__500mg.** Tomar 1 Comprimido de 12/12 horas, **por 7 dias.**
(06:00)

1° Dia	2° Dia	3° Dia	4° Dia	5° Dia	6° Dia	7° Dia

12:00 - Alarme / Lembrete

- **Dipirona__1g.** Tomar 1 Comprimido de 6/6 horas **por 2 dias.**

1° Dia	2° Dia

18:00 - Alarme / Lembrete

- **Dipirona__1g.** Tomar 1 Comprimido de 6/6 horas **por 2 dias.**

1° Dia	2° Dia

- **Prednisona__20mg.** Tomar 1 Comprimido de 12/12 horas **por 2 dias.**

1° Dia	2° Dia

- **Bi-Profenid__150mg.** Tomar 1 Comprimido de 12/12 horas, **por 5 dias.**

1° Dia	2° Dia	3° Dia	4° Dia	5° Dia

00:00 - Alarme / Lembrete

- **Dipirona__1g.** Tomar 1 Comprimido de 6/6 horas **por 2 dias.**

1° Dia	2° Dia

- **Cefadroxila__500mg.** Tomar 1 Comprimido de 12/12 horas, **por 7 dias.**

1° Dia	2° Dia	3° Dia	4° Dia	5° Dia	6° Dia	7° Dia

Telefones Utilizados:

Enfermagem - 11-937391399 - Dúvidas relacionadas ao Pós Operatório, medicações e receitas.

Recepção - 11-987770664 ou 11-30714114 - Marcação e remarcação de consultas, confirmação de agendamentos.

Nosso horário de atendimento é de Segunda-Feira a Quinta-Feira das 09:00 às 18:00 e Sexta-Feira das 08:00 às 16:30 horas.

[Este documento está digitalizado em um aplicativo digital com as informações descritas de forma interativa. O mesmo está acessível clicando no link deste pdf ou pelo domínio: \[www.transplantecapilar.app\]\(http://www.transplantecapilar.app\)](#)