MOSAIC
המרכז הישראלי להשתלות שיער

05/2026

הנחיות טיפול לאחר ביצוע השתלה

אנו מברכים אותך על שבחרת לצאת לדרך חדשה ומרגשת.
בימים הקרובים ובטרם תוכל/י לחזור לחלוטין לשגרת חייך, נבקשך להקפיד על ההנחיות הבאות. הנחיות אלו חשובות ביותר כדי להשלים את התהליך על הצד הטוב ביותר למען השגת התוצאה הרצויה.

ליווי רפואי : אנחנו כאן בשבילך לכל שאלה או התלבטות ❤️

- סיון וואטסאפ: 052-2205054 ימים א׳–ה׳ 09:00–17:00
  שישי 09:00 עד 14:00
- קארין וואטסאפ: 053-5957711 ימים א׳–ה׳ 17:00–22:30
  יום שישי: 09:00 עד כניסת שבת ||| יום שבת: מצאת השבת עד 22:30

למקרים דחופים בלבד: נועה | בעלים, מוזאיק 050-8371577

טיפול תרופתי לאחר ביצוע השתלה

DIPROSPAN INJECTION 1 ml	**יש להביא ביום ההשתלה**
CEFOVIT 500 mg אנטיביוטיקה	יש ליטול 1 כדור פעמיים ביום למשך 5 ימים. יש ליטול את התרופה אחרי האוכל.
OINT.MUPIROCIN - משחה אנטי דלקתית	יש למרוח פעמיים ביום באזור התורם במשך 5 ימים החל מהיום השני להשתלה
לכאבים קלים – **אקמול / אופטלגין**	לפי הצורך - תרופה להקלה בכאב.
לכאבים חזקים יותר- **TAB.ROKACET PLUS** **יש להימנע מצריכת נורופן/ אדוויל ומשככים ממשפחת NSAIDs**	מכילה אקמול, קופאין וקודאין. ניתן לקחת כדור כל 6 שעות לפי הצורך, במידה ואין אלרגיה לאחד המרכיבים. יש ליטול את התרופה עם האוכל (על קיבה מלאה).
להימנע מצריכת אלכוהול במהלך הטיפול האנטיביוטי ולהרבות בשתיית מים. להימנע משתיית כמויות גדולות של קפה, תה ומשקאות קולה. להימנע מצריכת מוצרים המכילים קפאין / או מוצרי טבק או ניקוטין – עד לסיום הטיפול התרופתי.	

הנחיות כלליות

יש להקפיד על הטיפול התרופתי בהתאם להנחיות המפורטות	**<u>תספורת</u>:** תספורת ראשונה אפשרית החל מחודש לאחר ההשתלה. שימוש במכונה ניתן לעשות באזור <u>התורם בלבד</u>- לא גילוח ולא מכונת 0, החל המחודש השלישי אפשר גם גילוח. באזור <u>המושתל</u> יש להסתפר באמצעות מספריים בלבד במשך 6 חודשים לאחר ההשתלה. <u>צבע לשיער</u>: אפשרי 3 חודשים לאחר ההשתלה <u>ייבוש השיער עם פן</u>: באזור המושתל אפשרי לאחר 6 חודשים מההשתלה.
יש להרבות בשתיית מים בימים שלאחר ההשתלה.	
יש להימנע משמש ישירה באזור הקרקפת, במשך 3 חודשים	
יש להימנע מחבישת קסדה או כובע גרב, במשך 30 ימים	
יש להימנע מכניסה למקורות מים כגון ים, בריכה, ג'קוזי, במשך 30 ימים.	
מומלץ להימנע ככל הניתן מעישון, צריכת קפאין, שתיית אלכוהול עד סיום הטיפול התרופתי.	

לתשומת ליבך! לאחר ההשתלה הקרקפת תהיה רדומה ותחושת הימצאותה במרחב יכולה להשתנות, לכן יש <u>להיזהר</u> מחבטות ראש בזמן ביצוע פעולות פשוטות כגון: כניסה לרכב, כניסה דרך דלת, ארונות מטבח וכ"ו.

חשוב לדעת
לאחר ההשתלה עשויות להופיע מספר תופעות לוואי שחולפות מאליהן תוך זמן קצר, השונות בין מטופל/ת למטופל/ת.
תופעות אלה כוללות: דימום קל, אדמומיות מקומית, נפיחות מקומית במחצית העליונה של הפנים, גירודים ואי נוחות כפי שמפורט מטה.
במידה ותופעות אלו אינן חולפות בהדרגה או שמתעורר ספק כלשהו ביחס לתהליך ההחלמה, או בעת הופעת חום סיסטמי מעל 38 מעלות, או כאשר הכאב בלתי נסבל באזור התורם/ המושתל. אנא צרו קשר עם צוות המרכז ואנו ניתן מענה בנושא.

שימו לב ! במידה ומתקבלת הוראה או הנחיה שונה מהרופא המשתיל – יש לפעול בהתאם להנחיות הרופא

הנחיות טיפול לאחר ביצוע השתלה

יום 1	**יום ההשתלה:** • להתחיל ליטול את הטיפול האנטיביוטי CEFOVIT – דרך הפה, 1 כדור בבוקר ו1 כדור בערב. • להשאיר את החבישה וסרט המצח, סרט הראש השחור המסייע במניעת נפיחות. • להיות במנוחה מלאה, לישון במנח כשהראש מצוי בהגבהה עם כרית לצוואר המצויה בערכה למטופל שקיבלת. • יש להשפריץ על האזור המושתל ספריי מי מלח (סליין 0.9%) המצוי בערכה (3-4 לחיצות) כל שעה עד שהולכים לישון. • יש להימנע מכל מגע מיותר בקרקפת, אין לחבוש כל כובע או קסדה. • אין לבצע פעילות בעלת אופי ספורטיבי. • להימנע מצריכת אלכוהול, קפאין וניקוטין.
יום 2	• להמשיך ליטול את הטיפול האנטיביוטי CEFOVIT – דרך הפה, 1 כדור בבוקר ו1 כדור בערב. • בערב יום השני הסרת תחבושת ושטיפת הקרקפת - 24 שעות לאחר ההשתלה : ○ להוריד את סרט הראש השחור בזהירות מבלי שיגע באזור המושתל. ○ אין להסיר את הפלסטר מהמצח, יש לגזור אותו בצדדים מעל האוזניים כדי להפריד אותו מהתחבושת באזור התורם. ○ להתקלח עם מים פושרים וזרם חלש. ○ להרטיב את התחבושת בזרם מים פושרים חלש על מנת לסייע בהסרתה. ○ לשטוף את כל שטח הקרקפת בזרם מים פושרים חלש- יש להניח את היד (בעזרת האגודל והאצבע) מעל הפלסטר במצח ולהטות את הראש לאחור כדי שהפלסטר לא יירטב. ○ באזור המושתל: נזליף קצף שניצור מהשמפו העדין המצוי בערכה. אין לכוון זרם חזק לאזור המושתל. לטפוח קלות על האזור המושתל ולשטוף בזרם חלש. ○ את האזור התורם ניתן לחפוף רגיל. ○ לאפשר לשיער להתייבש באופן טבעי. • להיות במנוחה מלאה, לישון במנח כשהראש מצוי בהגבהה עם כרית לצוואר המצויה בערכה למטופל שקיבלת. • למרוח את המשחה האנטיביוטית MUPIROCIN על האזור התורם לאחר החפיפה. • יש להשפריץ על האזור המושתל ספריי מי מלח המצוי בערכה (3-4 לחיצות) כל שעה עד שהולכים לישון. • יש להימנע מכל מגע מיותר בקרקפת, אין לחבוש כל כובע או קסדה. • אין לבצע פעילות בעלת אופי ספורטיבי. • להימנע מצריכת אלכוהול, קפאין וניקוטין.
יום 3 עד יום 5	• להמשיך את הטיפול האנטיביוטי CEFOVIT – דרך הפה, 1 כדור בבוקר ו1 כדור בערב. (עד לסיומו). • לשטוף את הקרקפת בהתאם להנחיות, **אין להסיר את הפלסטר מהמצח.** • ניתן לסיים את המנוחה ואפשר לישון ללא הכרית לצוואר. • למרוח את המשחה האנטיביוטית MUPIROCIN על האזור התורם פעמים ביום - פעם אחרי החפיפה ופעם נוספת ללא חפיפה. • יש להשפריץ על האזור המושתל ספריי מי מלח המצוי בערכה (3-4 לחיצות) כל שעה עד שהולכים לישון. • ניתן לחבוש כובע שאינו לוחץ החל מהיום הרביעי. • להימנע מכל מגע מיותר בקרקפת למעט בזמן מריחת המשחה, אין לחבוש כובע לוחץ או קסדה. • אין לבצע פעילות בעלת אופי ספורטיבי. • להפחית ככל הניתן צריכת אלכוהול, קפאין וניקוטין.

חבישת כובע

העקרון הבסיסי הוא לאפשר לקרקפת לקבל כמות מקסימלית של חמצן. לכן ננסה לצמצם שימוש בכובע ונעדיף כובע המותיר מרווח נשימה לקרקפת.

יום 6 עד יום 7	• אפשר להסיר את הסרט מצח והפלסטר. • לשטוף את הקרקפת בהתאם להנחיות לעיל. • למרוח את המשחה האנטיביוטית MUPIROCIN על האזור התורם פעמים ביום- פעם אחרי החפיפה ופעם נוספת ללא חפיפה. • להימנע מכל מגע מיותר בקרקפת למעט בזמן מריחת המשחה, אין לחבוש כובע לוחץ או קסדה. • להפחית ככל הניתן צריכת אלכוהול, קפאין וניקוטין.
יום 8 עד יום 14	• למרוח את תחליב הלחות המצוי בערכה למטופל, על האזור המושתל להשאיר למשך 20 דקות. התחליב מרכך את הגלדים ועוזר בהסרתם. לאחר 20 דקות שוטפים ומעסים את הקרקפת במים פושרים ובשמפו המצוי בערכה למטופל שקיבלת, באמצעות כריות האצבעות. • יש לאפשר לשיער להתייבש באופן טבעי. • במסגרת הסרת הגלדים, ישנם גלדים שנושרים כשבסיסם שורש שיערה - מצב זה הינו תקין לחלוטין ונובע מתהליך התחדשות והתחזקות. השיער המושתל נושר כחלק טבעי מהתהליך, אין מה לפחד מנשירה. • את העיסוי של האזור המושתל יש לבצע בהתחלה בעדינות ולהגביר את העוצמה כל יום. **ביום ה 12 חייבים להסיר את כל הגלדים**, גלדים שיישארו מעבר לזה פוגעים בתהליך ההשתלה ובצמיחת השיער, לכן אין לפחד לגעת בראש בשלב זה. • ביום ה 12 במידה ויש קושי להוריד את הגלדים לסרק את האזור המושתל, עם כיוון צמיחת השיער, על מנת לסייע לאחרוני הגלדים להשתחרר. • להימנע מכל מגע מיותר בקרקפת אין לחבוש כובע לוחץ או קסדה. • פעילות גופנית: אחרי שכל הגלדים נושרים ביום ה14 ניתן לחזור לפעילות גופנית מתונה כגון הליכות באופן הדרגתי ולפעילות מינית. פעילות גופנית מאומצת ניתן לחזור חודש אחרי ההשתלה.

תופעות לוואי אפשריות	
דימום	במידה וקיים דימום באזור אין צורך להיבהל, יש ללחוץ בעדינות עם פד גזה סטרילי או צמר גפן עד אשר הדימום מפסיק.
גרד	הינו חלק מהליך הריפוי של האזור התורם והינו תקין. במידה והגרד קשה או מפריע ניתן לקחת כדור בשם TELFAST 180 מג ללא צורך במרשם. ניתן גם למרוח משחת CICALFATE ללא צורך במרשם על האזור התורם בלבד החל מיום ה- 8 אחרי ההשתלה (אחרי שהסתיים הטיפול במשחה האנטיביוטי MUPIROCIN).
כאבים	יתכנו כאבים בעיקר באזור התורם בימים שלאחר ההשתלה, ניתן לקחת אקמול או אופטלגין לפי הצורך ומידה ומדובר בכאב יותר חזק להשתמש בכדור ROKACET בהתאם להנחיות.
נפיחות	כחלק מפרוצדורת ההשתלה ישנה הצטברות נוזלים בקרקפת, עקב כך מניחים פלסטר במצח וסרט מצח, למרות זאת עדיין יתכן נפיחות שיורדת לעיניים עד כדי עצימת עיניים, אין צורך להיבהל, זה חולף לבד תוך כמה ימים. ניתן להניח בעדינות על האזור המושתל שקית ירקות קפואים על המצח להקלה.
אודם	באזור המושתל עלול להישאר במשך החודשים הראשונים, האודם יעלם ללא צורך בשום טיפול או פעולה.
חוסר תחושה	באזור התורם או באזור המושתל, עלול להימשך מספר חודשים. זה יעלם ללא צורך בשום טיפול או פעולה
פצעונים	באזור התורם או המושתל: מדובר בתהליך תקין שמופיע אצל רוב המטופלים, הם נעלמים עם הזמן ללא צורך בשום טיפול או פעולה. במידה ומופיע כמות מאוד גדולה של פצעונים יש להתייעץ איתנו.

מה הלאה?

שמירה על תוצאות מיטביות של ההשתלה לאורך זמן כרוכה בביצוע תחזוקה שוטפת. אמנם הזקיקים שהושתלו "חיים לנצח" , אך תהליך ההתבגרות של יתר השיער מצריך שימור ותחזוקה. אנו ממליצים על ביצוע טיפולי שימור תקופתיים בשילוב טיפול תרופתי בכדורים או תמיסה, הכל בהתאם להמלצת הרופא/ה.

שמחים שבחרת להצטרף למשפחת MOSAIC ומצפים לראותך שוב בקרוב.