klinik nykvist
Kosmestisk klinik

KUNDEINFORMATION

PRF mod hårtab

Platelet-Rich Fibrin

Vi ønsker, at du føler dig velinformeret og tryg, når du bliver behandlet hos os. Derfor har vi samlet det, du har brug for at vide om behandlingen – før, under og efter.

Læs informationen grundigt inden din aftale. Når du møder ind, beder vi dig bekræfte, at du har læst og forstået den og fortsat ønsker behandlingen. Den bekræftelse er dit samtykke. Det kan gives mundtligt eller skriftligt og noteres i din journal.

Er der noget, du ønsker uddybet, er du altid velkommen til at spørge din behandler, når du ankommer, eller ringe til os på forhånd. Ved akut opståede problemer efter din behandling skal du altid kontakte os på akutnummeret.

Hos Klinik Nykvist er det vores højeste prioritet, at du føler dig velinformeret og i gode hænder, så du trygt kan se frem til din behandling. Vi står altid til rådighed og ser frem til at give dig en god oplevelse fra start til slut.

God læsning, og velkommen til Klinik Nykvist!

TELEFON	MAIL	AKUTNUMMER
28 51 07 10	kontakt@kliniknykvist.dk	22 77 16 60

01. Hvad er PRF?

PRF (Platelet-Rich Fibrin, blodpladerigt fibrin) er et koncentrat af dine egne blodplader og vækstfaktorer. Vi tager en lille blodprøve og centrifugerer den, så den del af blodet, der er rig på blodplader, fibrin og hvide blodlegemer, kan trækkes ud.

Når PRF injiceres i hårbunden, frigiver blodpladerne vækstfaktorer over tid. De øger blodtilførslen til hårsækkene og stimulerer dem til vækst. Det kan aktivere hvilende hårsække og forlænge hårets vækstfase, så håret bliver tættere og hårstråene tykkere.

PRF stammer fra dit eget blod og tåles derfor godt. Risikoen for allergisk reaktion er minimal.

02. Sådan forbereder du dig

PRF fremstilles af dit eget blod. Resultatet afhænger derfor i høj grad af din egen sundhed og af blodets kvalitet. Det kan du selv gøre, fra 14 dage før din første behandling og gennem hele forløbet:

C-vitamin: 500 mg dagligt, gerne sammen med et måltid. C-vitamin bidrager til normal kollagendannelse.

Zink: 10–15 mg dagligt sammen med et måltid, da zink kan give kvalme på tom mave. Zink bidrager til normal celledeling og proteinsyntese.

Protein: Sørg for et godt dagligt proteinindtag, fx æg, fisk, kød, mejeriprodukter, bælgfrugter eller tofu. En proteinshake kan supplere, hvis det er svært at få nok gennem kosten.

Ipren og andre NSAID-præparater: Undgå fx Ipren, Ibumetin, Brufen, Naproxen og Diclofenac/Voltaren i 14 dage før og 14 dage efter behandlingen. De kan påvirke blodpladernes funktion og dæmpe den helingsproces, behandlingen bygger på. Har du brug for smertestillende, kan du tage paracetamol (Panodil, Pamol eller Pinex).

Blodfortyndende kosttilskud: Undgå fiskeolie, E-vitamin og blodfortyndende naturpræparater i 3–5 dage før. De nævnte tilskud har ingen negativ påvirkning på resultatet, men kan give dig nemmere blå mærker under behandlingen.

Lægeordineret medicin: Stop aldrig lægeordineret medicin, heller ikke blodfortyndende, uden aftale med din læge.

Dagen før og på dagen: Drik 1,5–2 liter vand dagen før og mindst 0,5 liter på dagen. Spis et proteinrigt måltid 1–2 timer før – du skal ikke møde fastende. Undgå alkohol i 24 timer før, og begræns koffein på dagen.

Søvn, træning og rygning: Sov 7–9 timer natten før, undgå hård træning på dagen, og undgå rygning før og efter behandlingen.

Vigtigt: Kosttilskuddene er ikke en forudsætning for et godt resultat. De skal sikre, at kroppen har gode ernæringsmæssige forudsætninger. Ved sygdom, nyresygdom, kendt mangeltilstand eller fast medicin bør kosttilskud vurderes individuelt.

03. Selve behandlingen

Konsultation: Inden første behandling vurderer en kosmetisk sygeplejerske dit hårtab og dine behov. Ifølge lovgivningen om kosmetisk behandling fotograferer vi området, før behandlingen begynder.

Blodprøve: Vi tager en blodprøve fra din arm, som centrifugeres, så PRF kan trækkes ud.

Injektioner: PRF injiceres med mange små stik i hovedbunden i de områder, hvor håret er blevet tyndere. Vi bruger ikke bedøvende creme, da lidokain i cremen kan hæmme resultatet.

Microneedling: Behandlingen afsluttes med microneedling, som danner mikroskopiske kanaler i hovedbunden, så PRF fordeles bedre. Det resterende PRF masseres ind. Studier tyder på, at kombinationen giver bedre resultater end injektion alene.

Varighed: Ca. 45–60 minutter. Ubehaget er let til moderat, og de fleste mærker kun let ømhed og niv fra nålen.

04. Efter behandlingen

Let rødme, hævelse, ømhed og en spændende fornemmelse i hovedbunden er normalt. Små buler fra injektionerne forsvinder inden for 24 timer. De fleste kan genoptage rolige aktiviteter med det samme.

De første 12–24 timer: Undgå hårvask.

De første 24 timer: Undgå alkohol. Ved behov kan du tage paracetamol, men ikke Ipren eller andre NSAID-præparater de første 14 dage.

De første 48 timer: Undgå hårprodukter som voks, gel og tørshampoo samt sauna, dampbad, svømning og hård træning.

De første 7 dage: Undgå solbadning og solarium.

Olie til hovedbunden: Ved hver behandling får du en olie med hjem. Massér et par dråber ind i hovedbunden hver aften inden sengetid, gerne i 5 minutter, så hårsækkene stimuleres. Start 3 dage efter din behandling. Brug olien gennem hele forløbet – du får en ny med hjem ved næste behandling.

Kost og tilskud: Fortsæt med C-vitamin, zink, protein og god væske gennem hele forløbet og mindst 14 dage efter din sidste behandling.

05. Antal behandlinger

Behandlingerne gives med 8 ugers mellemrum, og vi begynder med 3 behandlinger. 8 uger efter den tredje behandling vurderer vi sammen, om forløbet skal udvides til 5 behandlinger.

Hårets vækstcyklus er langsom. Nye hår kan være 3–6 måneder om at vokse frem i synlig længde, så resultatet kommer gradvist. Nogle oplever allerede i ugerne efter første behandling, at de taber færre hår.

06. Vedligeholdelse

Ved arveligt hårtab er årsagen stadig til stede efter et vellykket forløb. PRF kan styrke svækkede hårsække, men stopper ikke nødvendigvis tendensen til hårtab. Vi anbefaler derfor en vedligeholdende behandling hver 6.–12. måned, ved mere aggressivt hårtab hver 3.–4. måned. Uden vedligeholdelse kan hårtabet gradvist vende tilbage.

07. Forventet resultat

Resultatet varierer fra person til person og afhænger af årsagen til hårtabet, hvor længe det har stået på, og hvordan din krop reagerer. Målet er at standse eller forsinke yderligere hårtab og gøre det eksisterende hår tykkere. Du kan forvente forbedring, ikke perfektion.

Hårtab inden for de seneste 1–3 år: Her er effekten bedst, fordi hårsækkene stadig er levende og kan stimuleres.

Hårtab gennem 3–5 år: Hårsækkene er langsomt ved at gå til grunde, og effekten bliver mindre.

Bare områder: PRF kan ikke få hår til at gro, hvor der er helt bart. Er der tynde, fine hår, kan de styrkes og vokse tykkere ud.

Midlertidigt hårtab (telogen effluvium): PRF kan muligvis forkorte forløbet efter fx stress, sygdom eller overgangsalder.

Arvæv: PRF er ikke egnet, hvor hårsækkene er ødelagt.

08. Bivirkninger og risici

PRF er generelt en sikker behandling, men ingen behandling er uden risiko.

Almindelige reaktioner: Let rødme lige efter behandlingen samt midlertidig let hævelse og blå mærker i området.

Sjældne bivirkninger: Infektion og allergisk reaktion. Der kan også komme en kortvarig nervepåvirkning i hovedbunden, som gradvist forsvinder i løbet af uger til et par måneder.

Kontakt klinikken, hvis du oplever en uventet reaktion efter behandlingen.

09. Hvem kan ikke få PRF?

Graviditet eller amning.

Smitsomme sygdomme, fx hiv eller leverbetændelse.

Tidligere hudkræft i behandlingsområdet.

Aktiv hudsygdom, infektion eller åbne sår i behandlingsområdet.

Blodfortyndende medicin (antikoagulerende behandling).

Blødersygdom eller hæmofili.

Aktiv kemoterapi eller immundæmpende behandling.

10. Samtykke

Når du har læst denne information, får du mundtlig information og mulighed for at stille spørgsmål. PRF-behandling kræver ingen betænkningstid og gives, når du har afgivet dit samtykke.

En ledsager er altid meget velkommen til at være til stede under både konsultation og behandling.

I henhold til databeskyttelsesforordningen giver jeg som kunde hermed mit samtykke til, at klinikken må kontakte mig pr. mail og telefon ud fra de oplysninger, jeg har givet.

VI STÅR ALTID TIL RÅDIGHED

TELEFON	MAIL	AKUTNUMMER
28 51 07 10	kontakt@kliniknykvist.dk	22 77 16 60

KUNDEINFORMATION VEDR.	GODKENDT AF	VERSION
PRF-behandling mod hårtab	Ali Tareen	Red. AT november 2025