虽然植发是一种微创手术，但依然是对人体的一种创伤、会对生活造成一些不便，因此，术后知晓一些常见的术后反应及处理方法，不但有利于消除不适感，也有利于头发更好生长：

1. **疼痛**
2. 植发术后一般不会疼痛，但也有部分人可能会因为体质或耐受度低等感到术后疼痛，如无法忍受时可口服止痛片（比如芬必得、西乐葆等）；
3. 可能有极少数的发友，在术后1周左右开始感到术区偶尔刺痛一下，这属于正常情况，可以通过局部按摩、热敷及睡软枕头等改善，即便不理会也会在术后1-3个月内消失。
4. **肿胀**： 手术后3～5天，植发区域（主要指发际线调整、种植胡须等）可能会有不同程度的肿胀，建议冰敷额头3-5天，同时遵医嘱使用消肿和预防肿胀药物以尽量避免肿胀发生；
5. **麻木**：术后部分发友会有轻微的术区麻木感，一般这种感觉持续3-7天即可消退，极个别情况下，部分人可能持续1-3个月才能恢复。
6. **换药**：手术后24-48小时内，即可来我科换药，并清洗血痂1次即可；换药后即可拆掉包扎的纱布，枕部供区涂抹抗生素药膏，每天涂抹1-2次，连续涂抹5天。
7. **睡觉**：术后可以平躺睡觉，但不要压迫种植区域的毛囊，枕头上面垫上干燥、干净毛巾，为了预防水肿，因此建议睡觉时垫高后背和头部，半卧位睡眠3-5天，之后恢复正常的睡眠习惯。
8. **洗头**：手术后24-48小时内，换药后即可用“婴儿无刺激洗发水”用手揉搓出泡沫后，轻轻冲洗头发，但种植的毛囊避摩擦，只可轻轻拍打清洗；洗头后用吹风机轻轻吹干头发。手术后第5天可以使用成人洗发水正常洗头。
9. **头皮屑清洗：**术后5-7天，部分发友术后的种植区域可能会出现大量头皮屑（黑色或灰色硬痂皮），此时应长时间洗头，浸泡后用力去掉头皮屑。
10. **出汗：术后24-48小时内尽量避免出大量汗。**
11. **饮食：**术后7天内，**严禁**抽烟（包括二手烟）、喝酒，避免辛辣刺激食物、容易过敏食物（海鲜、羊肉、狗肉、鹅肉、鸭肉等）；7天后，如果要上述易过敏食物，可以先少量试吃，第二天没有发现异常情况时，之后可以正常食用；如果出现不适，间隔一段时间后再次试吃，直至不在出现不适。
12. 运动：手术7天后，可进行正常的运动，比如慢跑、瑜伽、健身等；手术14天后，可进行剧烈运动（足球、羽毛球、等对抗性运动）；
13. **毛囊炎**：手术后7～14天，供区（通常为后枕部）可能发生毛囊炎，引起局部刺痛，建议来我院复查以便针对性治疗。
14. **脱落期**：术后3周左右可能出现脱落期，出现种植的头发脱落情况，但毛囊还在，不用担心，这个是正常情况，脱落的毛囊通常会在手术后6个月长出，因此手术效果通常需要6～9个月才能达到最佳效果；