

Przeciwwskazania do zabiegu

Bezwzględne

- Ciąża i karmienie piersią
- Choroby nowotworowe (czynne)
- Rozrusznik serca lub inne implanty elektroniczne w miejscu zabiegu
- Padaczka
- Aktywne infekcje skórne, stany zapalne lub rany w obszarze zabiegowym
- Skłonność do bliznowców (keloidy)
- Aktywna opryszczka w miejscu zabiegowym
- Zaburzenia krzepnięcia krwi
- Choroby autoimmunologiczne skóry

Względne / czasowe

- Opalenizna, solarium, samoopalacze – **min. 2–4 tygodnie przed zabiegiem**
- Leki i zioła fotouczulające (np. tetracykliny, dziurawiec)
- Retinol, kwasy, peelingi chemiczne – 1–2 tygodnie przed zabiegiem
- Terapia izotretynoiną – 6–12 miesięcy po zakończeniu
- Choroby skóry w fazie zaostrzenia (łuszczyca, AZS)
- Tatuaże lub duże znamiona w obszarze zabiegowym
- Świeżo wykonane zabiegi medycyny estetycznej w miejscu zabiegu

Zalecenia bezpośrednio po zabiegu:

- Schładzać obszar zabiegowy **co 4 godziny przez 15 minut** (Cool Pack lub czysty zimny przedmiot owinięty w bawełnianą ściereczkę, przykładany w różnych miejscach, by nie odmrozić skóry).
- Spać z głową uniesioną wyżej (zmniejszenie obrzęków pod oczami); zalecane spanie na wznak.
- Makijaż możliwy **następnego dnia**, delikatny demakijaż bez masowania i podrażniania skóry.
- Stosować preparaty łagodzące (Panthenol, żel aloesowy jeśli dobrze tolerowany).
- Suplementacja wspomagająca naczynia krwionośne: Rutozyd, Witamina C, Escyna.

Pierwsze 4–5 dni po zabiegu:

- Stosować wysoką ochronę przeciwsłoneczną **SPF 50**.
- Nie stosować preparatów na bazie alkoholu.
- Unikać kosmetyków i substancji drażniących: spirytus, retinol, tretinoiny, nadtlenek benzoylu, kwas salicylowy/glikolowy, peelingi, środki ściągające.
- Wymienić **poszewki poduszek i ręczniki do twarzy** na świeże.
- Osuszać skórę **bez pocierania**.
- Nie wykonywać żadnych zabiegów kosmetycznych w obrębie obszaru poddanego zabiegowi.
- Unikać gorących kąpieli i wysiłku fizycznego.
- Nie dźwigać ciężkich przedmiotów.
- Unikać bardzo gorących lub ostro przyprawionych potraw, kawy i napojów pobudzających.
- Nie palić papierosów, nie spożywać alkoholu.
- Unikać skrajnych skoków temperatury (gorące/zimne powietrze, nachylanie się nad parą z piekarnika).
- Osuszać nos poprzez ucisk płatków nosa (nie pocierać).

Okres do 14 dni po zabiegu:

- Umiarkowany wysiłek fizyczny dozwolony.
- Zabiegi kosmetyczne możliwe **z pominięciem**: masażu twarzy, retinolu, peelingów chemicznych (salicyłowy, glikolowy), manualnego oczyszczania twarzy, zabiegów rozgrzewających tkanki (RF, IR).
- Ochrona przeciwsłoneczna nadal zalecana (**SPF 50**, możliwy SPF 30).
- Ostrożność przy depilacji woskiem lub epilacją (ryzyko hiperpigmentacji).

Zalecenia długoterminowe po zabiegu:

- Nie korzystać z sauny przez **1 miesiąc** po zabiegu.
- Basen: unikać **1–2 tygodni** po zabiegu.
- Nie zdrapywać strupków, jeśli się pojawią.
- Preparaty złuszczące wprowadzać dopiero po **całkowitym wygojeniu zmian naczyniowych i zagojeniu skóry** (ok. 6 tygodni).

Typowe i często występujące efekty uboczne:

- Zaczerwienienie, rumień do kilku dni.
- Tkliwość, pieczenie, dyskomfort, świąd do kilku dni.
- Obrzęk okolicy zabiegowej do kilku dni.

Rzadko występujące efekty uboczne:

- Pęcherze, strupki, przejściowe zmiany pigmentacyjne do kilku tygodni.
- Infekcja zmian wymaga pilnej interwencji medycznej.

Zapoznałem/am się z przeciwwskazaniami i zaleceniami

Data, podpis: