

PIELĘGNACJA PO ZABIEGU LASEROWYM

---Pierwsze 24 godziny---

- Zaczerwienienie, obrzęk i wrażliwość są normalne
- Nie moczyć miejsca zabiegu przez minimum 24 godziny
- Chłód zimnym okładem przez ściereczkę lub torbę (nie przykładaj lodu bezpośrednio do skóry)
- Nałóż cienką warstwę Bepanthen lub Aquaphor (lub inny środek polecany przez specjalistę)
- Jeśli pojawiają się pęcherze — nie przebijaj, nie zrywaj

---Dni 2-7---

- 2x dziennie delikatnie przemyj letnią wodą
 - Pysznica: max 5 minut, strumień nie bezpośrednio na leczone miejsce
 - Osusz papierowym ręcznikiem — nie pocieraj
 - Nałóż cienką warstwę Bepanthen lub innego zalecanego kremu
 - Jeśli tworzą się strupy — nie drap, nie obieraj
- PO ZAGOJENIU (ok. 7-14 dni)
- Nawilżaj skórę regularnie
 - SPF 50+ obowiązkowe przed każdym wyjściem na słońce przez CAŁY CZAS między sesjami — to najważniejsza zasada

---Czego absolutnie unikać---

- ✗ Słońce i solarium — przez cały czas między sesjami (najczęstszy powód braku efektu i powstawania blizn)
- ✗ Basen, morze, jacuzzi — minimum 2 tygodnie
- ✗ Drapanie i obieranie strupków — zostają blizny
- ✗ Makijaż na miejsce zabiegu — minimum 48h
- ✗ Intensywny wysiłek fizyczny — minimum 24h
- ✗ Gorące prysznice i kąpiele — minimum 48h
- ✗ Palenie papierosów — spowalnia gojenie do 70%

---Co przyspiesza efekty lasera---

- ✓ Pij 2 litry wody dziennie
- ✓ Chroń przed słońcem 100% czasu
- ✓ Nie pal papierosów

- ✓ Minimalizuj stres i zadbaj o sen
- ✓ Zachowaj min. 6–8 tygodni przerwy między sesjami

---Harmonogram gojenia---

Dzień 1–3: zaczerwienienie, obrzęk
Dzień 3–7: tworzenie strupów — NORMALNE
Tydzień 2: strupy zaczynają odpadać
Tydzień 3–4: skóra różowa, delikatna
Tydzień 6–8: pełne gojenie, widoczny efekt sesji

---Znaki ostrzegawcze---

! Żółta/zielona wydzielina z nieprzyjemnym zapachem
! Gorąca skóra po tygodniu
! Obrzęk rosnący po 3. dniu
! Silny ból który nie ustępuje

LASER TATTOO REMOVAL: AFTERCARE

---First 24 hours---

- Redness, swelling and sensitivity are normal
- Do not get the area wet for at least 24 hours
- Cool with a cold compress through a cloth or bag (never apply ice directly to skin)
- Apply a thin layer of Bepanthen or Aquapho (or another recommended cream)
- If blisters appear — do not pop or peel them

---Days 2-7---

- Gently rinse with lukewarm water twice daily
- Shower: max 5 minutes, no direct water stream on the treated area
- Pat dry with a paper towel — do not rub
- Apply a thin layer of Bepanthen (or another recommended cream)
- If scabs form — do not scratch or pick

---After healing (approx. 7-14 days)---

- Moisturise the skin regularly
- SPF 50+ is mandatory before going outside for THE ENTIRE TIME between sessions — this is the most important rule for good results

---What to absolutely avoid---

- ✗ Sun and sunbeds — for the entire time between sessions (the #1 cause of poor results and scarring)
- ✗ Pool, sea, hot tub — for at least 2 weeks
- ✗ Scratching and picking scabs — causes scarring
- ✗ Makeup on the treated area — for at least 48h
- ✗ Intense exercise — for at least 24h
- ✗ Hot showers and baths — for at least 48h
- ✗ Smoking — slows healing by up to 70%

---What speeds up laser results---

- ✓ Drink 2 litres of water daily
- ✓ Protect from sun 100% of the time
- ✓ Don't smoke

- ✓ Minimise stress and get enough sleep
- ✓ Keep at least 6–8 weeks between sessions

---Healing timeline---

Day 1–3: redness, swelling

Day 3–7: scabbing forms — NORMAL

Week 2: scabs begin to fall off naturally

Week 3–4: skin is pink and delicate

Week 6–8: full healing, session results visible

---Warning signs — contact a specialist---

! Yellow or green discharge with unpleasant smell

! Hot skin after one week

! Swelling increasing after day 3

! Severe pain that does not subside