

Дорогие пациенты, перед проведением некоторых косметологических и эстетических процедур необходима предварительная подготовка или соблюдение рекомендаций по реабилитации в постпроцедурный период.

## Диагностика So-check

**Подготовка:** необходимо знать свою группу крови, рост и вес.

## Ботулинотерапия

**Подготовка:** запланировать свой график таким образом, чтобы 2 недели после процедуры была возможность воздержаться от кардионагрузок, воздействия высоких температур, массажа, солнечных ванн. Планировать беременность можно через сутки после процедуры.

## Нитевой лифтинг (рассчитывается индивидуально)

**Подготовка:**

1. важно пройти курс процедур, улучшающих качество кожи: поверхностные химические пилинги, биоревитализация, армирование препаратами полимолочной кислоты, армирование мононитями
2. в организме должны быть восполнены все дефициты витаминов и микроэлементов (сдаём анализы крови по назначению врача после консультации)
3. не должно быть очагов хронической инфекции (кариес, тонзиллит, гайморит, цистит, аднексит), Вы должны быть полностью здоровы. Пожалуйста, посетите необходимых специалистов до процедуры.

**Реабилитация:** запланируйте мимический и физический покой на 2 недели (не плавать в бассейне, не петь в хоре, не хохотать), в течение 2 месяцев потребуются спать в специальной компрессионной повязке (если боролись за овал лица), которая надевается сразу после процедуры, это поможет ускорить заживление и улучшить результат процедуры). Через 2 недели, может потребоваться вспомогательная аутоплазмотерапия или пептидная мезотерапия.

## Контурная пластика

**Подготовка:** решается индивидуально на консультации, чаще не требуется, но иногда нужно подготовиться при помощи лимфодренажа, липолитической мезотерапии

**Реабилитация:** 2 недели не массировать, не разминать, не подвергать экстремальному температурному воздействию зоны введения филлера, не загорать. Возможно, потребуется применение средств против синяков.

# Биоревитализация и аминокислотная терапия

**Подготовка:** чаще всего не требуется, важно, чтобы в организме были компенсированы дефициты витаминов и микроэлементов (контроль по анализам крови и диагностика So-Check)

**Реабилитация:** после процедуры могут остаться следы от иголки и папулы (как укусы комара), которые проходят за 1-2 дня, возможны небольшие синячки. В период курса процедур не желательны кардионагрузки, массаж, посещение бань и саун, солнечные ванны.

## Мезотерапия (лицо/шея/декольте/тело)

**Подготовка:** чаще всего не требуется, важно, чтобы в организме были компенсированы дефициты витаминов и микроэлементов (контроль по анализам крови и диагностика So-Check)

**Реабилитация:** после процедуры могут остаться следы от иголки которые проходят за 1-2 дня, возможны небольшие синячки. В период курса процедур не желательны кардионагрузки, массаж, посещение бань и саун, солнечные ванны.

## Аутоплазмотерапия

**Подготовка:** за 2-3 дня ограничить, а лучше отказаться от приёма алкоголя и сигарет, в питании снизить количество жирных продуктов, в день процедуры не принимать пищу за 3 часа до процедуры, лучше проводить процедуру утром натощак.

**Реабилитация:** после процедуры могут остаться следы от иголки и папулы (как укусы комара), которые проходят примерно за час, возможны небольшие синячки. В период курса процедур не желательны кардионагрузки, массаж, посещение бань и саун, солнечные ванны.

## Дерматологические пилинги (поверхностные/срединные)

**Подготовка:** чаще не требуется, но на предварительной консультации врач может порекомендовать использование специальных очищающих средств или кремов с содержанием кислот в течение 1-2 недель. Перед курсом жёлтых пилингов (ретинол) может потребоваться биоревитализация.

**Реабилитация:** главный закон ухода за кожей после пилинга – это использование солнцезащитных средств с СЗФ не менее 30 в любую погоду. Многие пилинги не сопровождаются шелушением, но если они появились, то нельзя отрывать чешуйки самостоятельно, нужно использовать специальный постпилинговый крем до полного восстановления кожи.

## Электрокоагуляция папиллом

**Подготовка:** запланируйте свой график таким образом, чтобы ближайшие 10-14 дней не купаться, не загорать и иметь возможность обрабатывать кожу в местах удаления раствором перманганата калия минимум 2 раза в день. Корочки самостоятельно не срывать!

## Beautylizer

**Подготовка:** за 2 часа до процедуры не есть, приветствуется обильное питье чистой негазированной воды.

**После процедуры:** 2 часа не есть, постараться не быть в дороге (потребуется уборная, поскольку лимфодренаж активируется значительно)

## Генетический тест My Beauty

**Подготовка:** на анализ берется эпителий слизистой щеки, поэтому за 2 часа до теста не есть, не жевать жевательную резинку, не целоваться (ведь важно исследовать вашу ДНК, а не чужую), можно пить чистую негазированную воду.