

**TILL DIG SOM ÖNSKAR GENOMGÅ EN HUDBEHANDLING MED
MICRONEEDLING, KEMISK PEELING ELLER INJEKTIONSBEHANDLING PÅ
RIBELLE CLINIC**

Viktiga råd innan och efter din behandling

Inför din injektionsbehandling har du som kund rätt att få skriftlig och muntlig information av oss för att stärka din trygghet. Du som för första gången gör en injektionsbehandling hos oss skall enligt lag ha en konsultation innan behandling – du som gjort injektionsbehandling hos oss tidigare inom loppet av de senaste 6 månaderna behöver inte genomföra en enskild konsultation innan din nästa behandling. Vid ev frågor – kontakta oss alltid via mail för bäst service.

En fysisk konsultation innefattar förutom information om risker även tid för behandlingsplan och individuell behandling på plats, det vill säga en individanpassad och utförlig information om just din behandling. Du får med dig en mapp med information och behandlingsplan efter konsultationen.

Efter att du erhållit en konsultation krävs enligt lag 48 h betänketid innan du genomför en injektionsbehandling.

På kliniken kommer du att träffa en leg. läkare eller sjuksköterska som utför behandlingen, vilket är i enlighet med den nya lagen där endast legitimerad personal skall få ge injektioner.

På plats kommer du innan behandlingen att få läsa igenom och signera ett skriftligt samtycke att du godkänner behandlingen.

Du som är kund hos oss måste ha fyllt 18 år när du gör din konsultation och injektionsbehandling.

PRAKTISKA SAKER ATT TÄNKA PÅ INFÖR DIN INJEKTIONSBEHANDLING:

Innan din behandling bör du undvika blodförtunnande läkemedel:

- Blodförtunnande
- Acetylsalicylsyra
- Antiinflammatoriska läkemedel (Ibuprofen, Diklofenak, Naproxen m.m)
- Vitamin E
- Omega 3

Innan din behandling bör följa dessa rekommendationer:

- Undvik gärna rökning några dagar före behandling då rökning kan försämra läkningsprocessen.
- Undvik alkohol ca 7 dagar före behandling då det kan öka risken för blåmärken.
- Arnica eller Hirudoidsalva kan användas inför och efter behandling vid ökad tendens till blåmärken vilket kan ha viss effekt.
- Vid lokal inflammation eller infektion bör du kontakta din behandlare för diskussion, infektionen/inflammationen bör i regel läka ut innan behandling genomförs.
- På behandlingsdagen bör du komma utan makeup för att minska risken för infektion.
- Innan behandlingen bör du ha fått i dig mat och vätska för att minska risken för yrsel.

På din behandlingstid går vi igenom följande:

- Journalföring och genomgång av sjukdomshistoria.
- Samtal om dina önskemål med behandling, olika behandlingsalternativ samt behandlingsplan.
- Information om risker och sidoeffekter.
- Information om eftervård.

Eftervård:

- Undvik extrem värme, så som bastubad och solexponering ca 48 h efter din behandling för att minska risken för blåmärken.
- Undvik solning i solarium och utomhus i 2 veckor för att minska risken för att fillern bryts ned snabbare.
- Undvik träning ca 24-48 h efter behandling för att minska risk för infektion/svullnad.
- Undvik smink och hudkrämer 24 h efter behandling för att minska risken för infektion.
- Undvik att gnugga, pressa hårt eller röra det behandlade området samma dag för att undvika migration/infektion.
- Undvik ansiktsmassage, laser, permanent smink samt elektronisk stimulans 2 veckor efter behandling.
- Sitt upprätt 2 h efter behandling med botulinumtoxin (rynkbehandling) för att undvika risken för ev biverkningar.
- Blåmärken är vanligt och dyker ofta upp minuter efter behandling som sedan tilltar vid hemgång. Det kan ta 1-3 veckor innan det försvinner.

Vid följande symtom bör du kontakta oss för snar bedömning (ev. risk för mer allvarlig komplikation).

- Kraftig eller ökande smärta i eller omkring behandlingsområdet.
- Känslpåverkan, stickningar i eller i anslutning till behandlingsområdet.
- Ändrad färg/missfärgning i eller i anslutning till behandlingsområdet.
- Feber och/eller frossa.
- Bleknad i eller omkring behandlingsområdet.
- Rodnad och värme eller kraftig svullnad i eller omkring behandlingsområdet.

Följande symtom eller tillstånd är väldigt ovanliga men kan förekomma i sällsynta fall vid fillerbehandling:

- Infektion
- Granulom (klumpar bestående av kornig vävnad)
- Nervpåverkan
- Allergisk reaktion
- Utbredd marmorerad/vitaktig färgskiftning i huden pga vävnadsdöd (syrebrist i vävnaden)
- Blindhet

Vad du kan förvänta dig dagarna efter behandling som är vanliga men ofarliga:

Filler:

- Lokal, lättare svullnad
- Lätt rodnad
- Lätt ömhet
- Blåmärken
- Stelhetskänsla i området
- Klumpar eller ojämnheter

Botox:

- Lokal, lättare svullnad
- Lätt rodnad, irritation
- Lätt ömhet
- Blåmärken
- Huvudvärk
- Lokal muskelförsvagning

Sällsynta biverkningar efter botoxbehandling:

- Hängande ögonbryn
- Hängande ögonlock
- Ödem i ögonlocken (tillfällig svullnad pga försämrat lymfdränage).

Resultat efter injektionsbehandlingar

När det gäller hyaluronsyrabaserade fillers ses resultat ofta omgående, men bäst kan resultat utvärderas efter 4-6 veckor, då inflammationen lagt sig och fillern bundit till sig vatten. Om du har funderingar är det bäst att utvärdera det i detta skede, förutsatt att inget av allvarligare symtomen föranlett tidigare kontakt.

Gällande botulinumtoxin (rynkbehandling) kommer effekten tidigast inom 1-3 dagar, för det flesta ses full effekt efter 2 veckor. Om effekt är otillräcklig, ingår ett återbesök för korrigerig.

Beroende av vilken behandling och produkt du väljer kan ditt resultat vara i upp till 24 månader. Tiden varierar beroende på hudens tillstånd, behandlat område, produktmängden som injiceras, injektionstekniken och livsstilsfaktorer som solning och rökning. Den genomsnittliga hållbarheten av läppbehandlingar är kortare än för behandlingar av andra områden. Detta beror på den höga vaskulariseringen och aktiviteten i läppområdet.

Vaccination

Vid vaccination samt genomgången infektion bör du vänta två veckor innan du utför en injektionsbehandling.

EFTER DIN BEHANDLING

FILLER

- Efter injektion kan reaktioner som rodnad, svullnad, blåmärken och lätt ömhet uppkomma. Det här är normala reaktioner efter en injektionsbehandling och kan kvarstå i flera dagar och ibland veckor beroende på omfattning av behandlingen och område.
- Fillern kan kännas lite hårdare de första veckorna och integreras i vävnaden efter ca 4-8. veckor efter injektion. Det tar oftast längre tid med hårdare fillers som används i bl.a. kinder, haka och käklinje.
- Under 12 timmar efter behandling skall du undvika överdrivet minspel, att ta på det behandlade området, dricka alkohol och undvika smink.
- Under två veckor skall du undvika extrem exponering i solen, UV-ljus, minusgrader och bastubad.
- Ansträngande träning och aktivitet bör undvikas i minst 24 h efter behandling. Du skall inte massera området eller på något sätt manipulera behandlat område på eget initiativ under läkperioden, försök undvika att sova på det injicerade området 1-2 dagar efter behandling.
- Beroende på vilken behandling och filler vi använt, kan resultat från behandling kvarstå i upp till 12-18 månader, tiden varierar på hudens tillstånd, behandlat område, produktmängd, injektionsteknik och livsstilsfaktorer som sol, rökning, hög ämnesomsättning, träning med mera. Läppbehandling håller i regel kortare än övriga behandlingar till en början på grund av läpparnas höga vaskularisering och aktivitet i läppområdet. En återbehandling inom 3-6 månader efter första behandling kan vara nödvändigt för hållbarhet och optimering av resultat.
- Komplikationer med filler uppstå, detta är väldigt ovanligt men kan uppstå i samband med sjukdom, allergi, stress med mera. Kontakta oss för lämplig behandling av dessa tillstånd från läkare/sjuksköterska. Vänligen kontakta oss om du efter behandlingen skulle få feber, missfärgning, stark smärta eller utbredd svullnad i området.

BOTOX

- Efter injektion med Vistabel (botox) är det normalt med lätt ömhet, lätt svullnad och eventuella blåmärken.
- Du skall under 12 timmar undvika smink på huden som blivit behandlad för att minska infektionsrisk. Dagen efter behandling kan du bära smink och creme som vanligt.
- Du kan återgå till träning dagen efter behandling, undvik att massera området timmarna efter behandling. Det går bra att tvätta av ansiktet och smörja in sig med ansiktskräm efteråt.
- Under de första dagarna och direkt efter behandling ser du ingen effekt, denna kommer efter några dagar och är olika snabb för olika personer. Efter 2-3 veckor får du därför ett återbesök hos oss då den estetiska effekten kommit, för eventuell korrigerig om effekten anses vara otillräcklig i samråd med din behandlare. Innan 2 veckor har passerat är det normalt att botox kan verka olika starkt i olika områden och ge asymmetri, för att sedan jämnas ut.
- Efter behandling med botox känner du av viss muskelsvaghet som gör att dina dynamiska linjer och rynkor förbättras. Om du behandlat panna kan du uppleva en tyngdkänsla de första veckorna då effekten är som starkast, denna brukar avta efter 3-4 veckor.
- De estetiska effekterna av botox håller i regel 3-4 månader, ibland längre baserat på hudens tillstånd, behandlat område, hur stor produktmängd som injicerats, injektionsteknik och livsstilsfaktorer. Botox är en förebyggande behandling och får bäst effekt då du börjar i tid innan statiska linjer bildats i huden och förbättringen av dessa är beroende av ålder, hudkvalitet och övrig hudvård.
- Följ din behandlares rekommendationer för rätt behandlingsintervall, inte oftare än var 3:e månad på grund av risk för immunisering.



RIBELLE CLINIC

BY DR. IMAN NURLIN

DERMAPEN-MICRONEEDLING

- Dermapen orsakar temporära blödningar och kanaler i huden och därför är hygien av yttersta vikt efter din behandling. Oftast behövs en kur om 3-6 behandlingar för att se effekt av behandlingen, beroende på vilken indikation som behandlas. Nästa behandling kan du göra 2-8 veckor efter din föregående behandling, detta kommer du överens om med din behandlare i anslutning till er planering av behandlingskur.
- Efter behandling med microneedling är rodnad, lätt svullnad, ömhet och värmeökning normalt i behandlat område. Rodnaden lägger sig vanligtvis efter några timmar eller nästkommande dag.
- Du kan återgå till normala aktiviteter direkt efter behandlingen. De vanligaste reaktionerna på huden efter några dagar är vanligtvis torrhet, flagnande hud, lätt rodnad och lätt svullnad.
- Du bör undvika att ta på det behandlade området de närmaste timmarna.
- Du ska inte duscha, bada eller rengöra området samma dag som du behandlats.
- Byte till rent örngott och handduk.
- Ingen makeup första 12 timmarna.

De första 48 h bör du undvika:

- Direkt UV-exponering i sol/solarium. I eftervårdscremen finns uv-skydd du skall använda kommande två dygn. Ingen annan hudvård skall användas dessa dagar för att undvika reaktion. AHA, BHA och PHA-syror och starkare behandling med ex. retinol bör undvikas i **en vecka** efter din Dermapen-behandling.
- Hård fysisk träning, varma bad, bastu eller jacuzzi, swimmingpool, eller bad i hav.
- Andra hudvårdbehandlingar, inklusive filler/botox.
- Vaxning, rakning eller färgning i behandlat område.
- Brun utan sol samt tatuering.

KEMISK PEELING

- Efter en AHA-peeling brukar huden fjälla lätt och en rodnad uppstå. Den lite starkare TCA-behandlingen blir rodnaden ofta mer omfattande och huden kan även svullna upp. Ibland förekommer även ytligare sår samt missfärgningar.
- Några dagar efter behandlingen brukar huden börja flagna. Sådana följdbesvär är oftast snabbt övergående och avtar någon eller några veckor efter behandlingen.
- Viktigt att komma ihåg, är att huden blir mycket känslig för solljus direkt efter behandlingen. Viss ojämnhet kan uppstå i pigmenteringen på grund av behandlingen, och det är därför viktigt att inte utsätta huden för direkt solljus under de närmsta månaderna efter behandlingen. Använd alltid en sollotion med hög SPF vid vistelse utomhus. Det är av vikt att du följer de rekommendationer gällande produkter och eftervård som du får i samband med behandling av våra hudterapeuter.
- Det kan hända att man får vätskande blåsor, kraftig rodnad, viss smärta eller svullnad efter kemisk peeling första 2-7 dagarna. Under denna period är det viktigt med hygien och att hålla huden ren och helst sminkfri. Om dessa symptom inte gradvis blir bättre efter första veckan ska du kontakta oss för att få en bedömning av läkningen.

KOLDIOXIDLASER

Efter din behandling får du råd av din behandlare, dessa råd är generella:

Konvalescenstid är vanligen 3-10 dagar. Du kan använda lätt makeup för att täcka ev. rodnad då huden slutat vätska. Hudrodnad och hettande känsla efter behandling är normalt, liksom mörka fläckar, röda partier, och skorpbildning. I vissa fall vätskar området och blåsor kan uppstå.

- För att undvika infektion, använd alltid handskar varje gång du skall röra vid huden de första dagarna.
- Tvätta huden med A-sollösning flera gånger om dagen den första veckan.
- Smörj försiktigt med PLC-kräm så att huden aldrig blir torr de första dagarna.
- Ingen värme på området eller intensiv träning den första veckan. Rökning gör läkningsprocessen långsammare och ökar risken för infektion. Rökare rekommenderas att minska på cigarettkonsumtionen några dagar före och efter behandlingen.

- Kylbehandling kan användas om något temporärt obehag uppstår.
- Avhållsamhet från solexponering den första månaden och hög solskyddsfaktor (minimum SPF 30) i 6 månader efter är av yttersta vikt.
- Laserbehandling orsakar rodnad i området. En viss rodnad kan kvarstå i upp till flera månader, beroende på hudtyp och hur aggressiv behandlingen är.

Första behandlingen är en behandling för att avväga hur mycket din hud tål. Var vänlig att för egna anteckningar om din läkprocess som du följer upp med din sjuksköterska/läkare på nästa behandling. På kliniken bokas vanligtvis behandling nr 2 in på plats för uppföljning och alternativt ny behandling då effekten kan höjas om effekten varit mild.

OBS! Slutresultat kan dröja ca ett år efter avslutad behandling eftersom hudens byggstenar (kollagen, elastin) ersätts under den tiden. Vi rekommenderar en paus mellan maj-september då solen är som starkast för att undvika pigmenteringar.

VI ÖNSKAR DIG EN SMIDIG ÅTERHÄMTNING EFTER DIN BEHANDLING OCH ETT FINT RESULTAT!

Tveka inte att höra av dig om du har funderingar eller frågor efter din konsultation eller behandling hos oss.

Alla våra kontaktuppgifter finner du på www.ribelle.se

Team på Ribelle Clinic