



TAZA SKIN CLINIC



CẨM NANG

SAU KHI PHUN MÔI

Trước khi phun môi khoảng 1 giờ để đạt hiệu quả phun xăm tốt nhất nên:

- Uống một cốc nước ấm để giữ ẩm cho đôi môi.
- Ăn một chút đồ ăn nhẹ nhằm tránh hiện tượng đói, hạ đường huyết trong quá trình phun xăm.

TRONG THÁNG ĐẦU TIÊN BẠN NÊN THỰC HIỆN ĐÚNG VỚI CHẾ ĐỘ ĂN KIÈNG HỢP LÝ, CỤ THỂ NHƯ SAU:

+ Kiêng chất kích thích

- Các loại chất kích thích như: Rượu, bia, cà phê, nước chè,... cản trở lưu thông máu, dẫn đến màu môi lên không đều, không đẹp, bạn cần tuyệt đối tránh.

+ Kiêng thuốc lá

- Thuốc lá chứa lượng nicotin cực lớn, không chỉ đảo lộn quá trình lưu thông máu mà còn có thể khiến kết quả phun môi bị hỏng.
- Khi chất nicotin tác động vào vùng môi mới phun xăm, màu môi của bạn không những không tự nhiên mà trái lại còn thâm xỉn mất thẩm mỹ.

+ Thực phẩm nên kiêng

- Đồ cay nóng: Thức ăn cay nóng không tốt cho bất kì phương pháp thẩm mỹ nào. Tuyệt đối không ăn thực phẩm cay nóng. Những món ăn cay nóng sẽ khiến môi bạn đau, lâu lành, dễ viêm nhiễm, sưng tấy và hình thành sẹo.
- Thịt bò: Thịt bò đứng đầu danh sách những thực phẩm cần kiêng khem sau khi tiến hành phun môi. Dù

chứa nhiều chất đạm và rất tốt cho sức khỏe nhưng bạn tuyệt đối không được ăn thực phẩm này.

- Thịt gà: Theo nhiều nghiên cứu, thịt gà làm hạn chế khả năng liền sẹo của da. Do đó, nếu bạn ăn thịt gà sau khi phun môi thì vết thương lâu lành, dễ viêm nhiễm và để lại sẹo xấu trên da.

- Hải sản: Bạn cũng phải tuyệt đối không ăn các loại hải sản như tôm, cua, cá, đồ tanh bởi đồ hải sản dễ khiến vùng da mới phun xăm bị ngứa và khiến môi lâu lành, dễ viêm nhiễm sưng tấy và hình thành sẹo sau khi phun môi.

- Gạo nếp: Các món ăn được chế biến từ nếp như xôi chè hay bánh đều không thích hợp cho những người đang điều trị vết thương hở. Nếp có tính nóng, dễ gây mưng mủ và làm sưng tấy các vết thương.

- Trứng: Trứng gà tuy có rất nhiều dưỡng chất cho cơ thể nhưng nếu vừa phun, xăm môi, bạn nên tránh bởi một số thành phần chứa trong trứng gà có thể cản trở rất lớn tới sự lên màu của môi.

Bạn chỉ cần kiêng ăn trứng trong nửa tháng sau khi xăm môi, sau khi môi lên màu như ý là có thể dùng trở lại.

- Nước tương: Một lưu ý không kém phần quan trọng nữa là sau khi phun môi bạn không nên ăn nước tương đen hoặc các loại gia vị có màu quá đậm,... trong một tuần đầu.

- Như bạn đã biết, khi mới phun xong, da môi vẫn còn tổn thương, những chất phẩm màu sậm dính lên môi sẽ nhanh chóng thẩm thấu qua vết thương hở, gây biến đổi màu môi sau này.

+ Chế độ sinh hoạt

- Bạn cần tránh nước hoàn toàn từ 3-5 ngày đầu sau khi phun môi để môi dần dần ổn định. Tuyệt đối không được bóc da tại vùng xăm và phải để chúng tự bong tự nhiên. Không để môi tiếp xúc trực tiếp với ánh sáng mặt trời.

- Tránh khói, bụi bẩn sau khi phun môi và tránh cọ xát, va chạm mạnh lên vùng môi sau khi phun. Đồng thời, giữ vệ sinh vùng môi sau khi xăm sạch sẽ trong quá trình ăn uống.

+ Chăm sóc sau khi phun môi

- Sau khi phun môi, bạn sẽ mất 1 khoảng thời gian để

chăm sóc giúp cho môi màu lành và lên màu chuẩn đẹp nhất. Lưu ý sau khoảng 6-8h phun môi, bạn cần:

- Thấm sạch nước huyết tương còn đọng lại trên môi.
- Thoa kem dưỡng ẩm, thuốc mỡ để giảm ngứa, giữ môi mềm mại.
- Khi đi ra đường, phải chống nắng bằng cách đeo khẩu trang, khuyến cáo trong 3-6 tuần sau khi xăm môi.
- Tránh nước nóng và nước chứa clo (trong bể bơi) vì chúng có thể làm mờ màu môi và gây khô môi. Cũng cần tránh đi bơi tại các ao hồ, biển vì dễ bị nhiễm trùng.

CÁC LOẠI THỰC PHẨM RAU CỦ KHÔNG CHỈ LÀM ĐẸP DA MÀ CÒN CÓ TÁC DỤNG TÁI TẠO DA, GIÚP LÀM LÀNH NHANH VẾT THƯƠNG.

- Cà chua: Được biết, cà chua giúp đôi môi thêm tươi bóng, nuôi dưỡng và tái tạo da môi sau khi thực hiện phun môi. Bạn có thể làm sinh tố cà chua kết hợp với 1 chút sữa chua hoặc mật ong để bôi lên môi, hoặc có thể ăn cà chua sống mỗi ngày 2 quả đều được.
- Dứa: có lượng vitamin vô cùng dồi dào. Bạn có thể cắt dứa thành các miếng nhỏ để ăn hoặc uống sinh tố hàng ngày đều được. Ăn 1/2 trái dứa mỗi ngày là lời khuyên của nhiều chị em khi nói về phun môi xong nên ăn gì để lên màu đẹp.
- Sữa chua: Đây cũng là món không thể bỏ qua để môi lên màu đẹp hơn. Protein có trong sữa chua sẽ tạo thành huyết sắc tố hemoglobin vận chuyển máu đến toàn bộ cơ thể cũng như vùng da môi.
- Cà rốt: Trong cà rốt có tới 80-95% là nước và khoảng gần 10% carbohydrate. Hàm lượng vitamin và khoáng chất dồi dào, đặc biệt là vitamin A (từ beta-carotene), biotin, vitamin K (phyloquinone), kali và vitamin B6.

Thuốc dành cho sau phun môi

Acyclovir (chống mụn nước): 6 viên / 3lần/ ngày

Alphachoay (chống sưng): 6 viên/ 3 lần/ngày

C sủi: 1 viên/ngày (uống 2 tháng)

Lưu ý: sau phun môi có vấn đề gì ghé Spa để kiểm tra và hướng dẫn thêm.