

CẨM NANG

CHĂM SÓC SAU KHI LÀM ULTHERAPY

1. NÊN LÀM:

- Lựa chọn một loại kem dưỡng ẩm lành tính nhất và bôi lên da vào mỗi buổi sáng và tối nhằm hỗ trợ quá trình tăng sinh collagen và elastin đang diễn ra ở sâu bên trong da
- Bôi kem chống nắng trước khi đi ra ngoài ít nhất 30 phút để làn da không bị tác động xấu từ ánh nắng mặt trời.
- Uống đủ nước mỗi ngày, ít nhất khoảng từ 1,5 - 2 lít nước, đây cũng là cách cấp ẩm cho làn da theo hướng gián tiếp, giúp làn da của bạn luôn ngâm nước và căng bóng.
- Ăn nhiều rau củ quả trái cây nhằm cung cấp thêm vitamin và khoáng chất cho làn da giúp da luôn tươi tắn, rạng ngời hơn.

Duy trì thói quen ngủ sớm, ngủ đủ giấc, nên đi ngủ trước 11h và ngủ trong vòng khoảng 7 - 8h mỗi đêm.

2. KHÔNG NÊN LÀM:

- Tuyệt đối không xông hơi vì da mặt lúc này còn yếu những tác động của hơi nóng có thể gây tổn thương cho làn da và ảnh hưởng trầm trọng tới kết quả nâng cơ mặt sau này.
- Không sử dụng những sản phẩm chăm sóc da có khả năng làm trắng hay những loại serum kem dưỡng chứa vitamin C trong khoảng 15 – 20 ngày sau điều trị.
- Không trang điểm trong suốt một ngày ngay sau khi nâng cơ mặt và cũng hạn chế trang điểm quá đậm trong những ngày tiếp theo bởi lúc này làn da cần được thông thoáng và sạch sẽ nhất.
- Không ăn đồ ăn cay nóng vì nó khiến làn da bị kéo dài thời gian hồi phục thậm chí hiệu quả nâng cơ mặt sẽ giảm sút nếu bạn có thói quen thường xuyên sử dụng đồ ăn cay nóng.
- Không ăn đồ ngọt như bánh kẹo, nước ngọt đồng thời cũng không sử dụng chất kích thích (rượu, bia, thuốc lá,...)
- Không nằm sấp và cũng hạn chế nằm nghiêng trong vòng 7 - 10 ngày.
- Không tập những bộ môn khiến bạn bị đổ nhiều mồ hôi trong thời gian sau nâng cơ mặt.