

ПАМЯТКА ПАЦИЕНТУ

Ваша пересадка HFE

Инструкция после процедуры

Каждый день правильного ухода — вклад в ваш результат.

СРАЗУ ПОСЛЕ ПРОЦЕДУРЫ · ПЕРВЫЕ 4 ДНЯ

Спрей с физраствором выдаёт доктор

01 1-й ДЕНЬ

КАЖДЫЙ ЧАС

02 2-й и 3-й ДНИ

КАЖДЫЕ 2 ЧАСА

03 4-й ДЕНЬ

КАЖДЫЕ 3 ЧАСА

04 ВО ВРЕМЯ СНА

НЕ РАСПЫЛЯТЬ

ОСНОВНОЙ УХОД

☐ **01 ПРЕПАРАТЫ**

Принимайте **назначенные доктором препараты**. В эти дни исключите алкоголь, наркотические вещества, Аспирин, Плавекс и препараты с салициловой кислотой.

☐ **02 ЗОНА ПЕРЕСАДКИ И СОН**

4 дня не трогайте зону пересадки, берегите голову от ударов. **4 ночи** спите на спине горизонтально, с дорожной шейной подушкой. **Сидя спать нельзя**. С **5-го дня** начинайте мытьё по инструкции.

☐ **03 УХОД ЗА ЗАТЫЛКОМ**

На **следующий день** тщательно вымойте затылок. В течение **4 дней** после каждого мытья обрабатывайте мирамистином или хлоргексидином **0,05%**.

☐ **04 ГОЛОВНОЙ УБОР**

5 дней надевайте кепку при выходе на улицу; затем разрешён любой мягкий головной убор.

☐ **05 ПЕРЕЛЁТЫ**

Ограничений нет, но предупредите доктора о рейсах заранее для перерасчёта медикаментов.

☐ **06 НАПИТКИ**

В первые **3 дня** можно кофе декаф без кофеина, **до 250 мл**.

☐ **07 СТРИЖКА**

Ножницами: донорская зона — после заживления микропроколов, зона пересадки — **через 1 неделю**.
Машинкой > 3 мм: **через 1 месяц**.
Машинкой < 3 мм или налысо: **через 3–4 месяца**.

ЧЕГО ИЗБЕГАТЬ

- **Зуд и реакции.** Не расчёсывайте кожу; напишите нам для рекомендаций.
- **Фен.** Холодный воздух — **10 дней**; горячий — **1 месяц**.
- **Расчёска.** Не использовать **5 дней**; затем — с деревянными или пластиковыми шариками.
- **Душ.** Не мыть голову под сильным напором **1 месяц**.
- **Питание.** **4 дня** без солёного, острого и продуктов, требующих длительного жевания.
- **Нагрузка.** Тяжести и интенсивный спорт — **14 дней**; стойка на голове — **1 месяц**.
- **Погода.** Прямые солнечные лучи и капли дождя — **1 месяц**; носите головной убор.
- **Стайлинг и косметика.** **3 недели** без лака, пенки, пудры, помады, глины на водной основе, смываемого тонирования и других средств. Затем — только при отсутствии прыщей и розоватости кожи.
- **Баня / сауна.** Не посещать **20 дней**.
- **Купание.** Нырание в море — **10 дней**; бассейн и открытые водоёмы — **20 дней**. После купания ополаскивайте голову пресной водой.
- **Донорство крови.** Не сдавать кровь **3 месяца**.
- **Парик.** Не носить **1 месяц**; затем регулярно чистить и по возможности снимать, когда не нужен.
- **Системы волос.** На клее — **1 месяц**; на заколках — **10 дней**.
- **Массаж.** Лицо, шея и спина — **10 дней**.
- **Окрашивание.** Не красить волосы **1 месяц**. При розоватости кожи обходите этот участок.

Забота о результате продолжается дома

HFE · ЮВЕЛИРНАЯ ТОЧНОСТЬ · КЛИНИКА №1