

UPUTE NAKON LASERSKOG TRETMANA

Dajte prioritet zaštiti kože izbjegavanjem izravne sunčeve svjetlosti, svakodnevnom nanošenjem kreme za sunčanje (SPF 30+) i održavanjem hidratacije područja nježnim hidratantnim kremama ili mastima bez mirisa. Nježno čistite mlakom vodom, izbjegavajte čačkanje kože i preskačite vruće tuševe, saune ili intenzivnu tjelovježbu 1-2 tjedna kako biste omogućili zacjeljivanje.

Neposredna i svakodnevna njega (prvih 1-3 dana)

- Hladni oblozi: Koristite ledene obloge omotane čistim ručnicima 10-15 minuta svaka 3-4 sata kako biste smanjili oteklinu i toplinu.
- Održavajte čistoću: Nježno perite područje 2-5 puta dnevno blagim šamponom. Hidratacija: Održavajte područje vlažnim odobrenim proizvodima poput vazelina ili kreme/mast (Cicalfalte mast, Avène Cicalfate+, Uriage Cica Daily Repairing, La Roche-Posay Cicaplast Gel B5) kako biste spriječili stvaranje krastica i pomogli zacjeljivanju.
- Izbjegavajte iritacije: Nemojte koristiti šminku, aktivnu njegu kože (retinole, glikolnu kiselinu) ili mirisne losione najmanje 48 sati do tjedan dana.

Što izbjegavati

- Izlaganje suncu: Strogo izbjegavajte izravnu sunčevu svjetlost najmanje 1-2 tjedna kako biste spriječili hiperpigmentaciju.
- Čačkanje/grebanje: Nemojte guliti, grebati ili čačkati perutavu kožu, jer to može uzrokovati ožiljke.
- Toplina i tjelovježba: Izbjegavajte vruće kupke, saune i naporan vježbajte 1-2 tjedna.
- Uklanjanje dlačica: Izbjegavajte depilaciju voskom, pincetom ili koncem na tom području.

Kada se obratiti svom liječniku

- Ako vidite znakove infekcije (povećano crvenilo, gnoj ili jaka bol).
- Ako primijetite mjehuriće, pretjerano oticanje ili neočekivano stvaranje krasti.
- Ako imate temperaturu.

Vrijeme zacjeljivanja

- 24-48 sati: Crvenilo i oticanje su normalni.
- 3-7 dana: Koža se može ljuštiti ili poprimiti tamniju boju (ako se obnavlja).
- 1-2 tjedna: Površinsko zacjeljivanje obično je završeno; pažljivo nastavite s normalnom njegom kože.

U slučaju da vam neke od uputa nisu jasne ili ako sumnjate u uspješnost rezultata, nazovite nas za besplatan pregled 2 tjedna nakon zahvata. Možete nas kontaktirati na email dr.milic@poliklinika-omnia-medicus.hr