

Что делать после подтяжки нижней трети лица

Сначала приведу график по дням, потом дам общие требования и подробные комментарии по каждому препарату и процедуре.

День	Что делать
0 день	⚠️ Операция
1 день 2 день 3 день 4 день	1. Гепариновая мазь + Троксерутин гель (пока есть гематомы), компресс на шею, на 15 минут, 1 раз в день. 2. Лимфомиозот – 15 капель внутрь, 2 раза в день. 3. Носить круговую давящую повязку. 4. Щадящая диета.
5 день	1. ⚠️ Снять самостоятельно круговую давящую повязку. 2. Настойка Календулы – обработка швов, 2 раза в день. 3. Гепариновая мазь + Троксерутин гель (пока есть гематомы), компресс на шею, на 15 минут, 1 раз в день. 4. Лимфомиозот – 15 капель внутрь, 2 раза в день. 5. Щадящая диета.
6 день ... 13 день	1. Лиотон гель (пока есть отёки) – на отёки на лице, 2 раза в день. 2. Настойка Календулы – обработка швов, 2 раза в день. 3. Гепариновая мазь + Троксерутин гель (пока есть гематомы), компресс на шею, на 15 минут, 1 раз в день. 4. Лимфомиозот – 15 капель внутрь, 2 раза в день. 5. Щадящая диета.
14 день	1. ⚠️ Прийти в клинику на снятие швов. 2. Лиотон гель (пока есть отёки) – на лицо, кроме области вокруг глаз, 1 раз в день. 3. Гепариновая мазь + Троксерутин гель (пока есть гематомы), компресс на шею, на 15 минут, 1 раз в день. 4. Лимфомиозот – 15 капель внутрь, 2 раза в день. 5. Солнцезащитный крем – на рубцы. 6. Щадящая диета.
15 день ... 30 день	1. Лиотон гель (пока есть отёки) – на лицо, кроме области вокруг глаз, 1 раз в день. 2. Гепариновая мазь + Троксерутин гель (пока есть гематомы), компресс на шею, на 15 минут, 1 раз в день. 3. Лимфомиозот – 15 капель внутрь, 2 раза в день. 4. Солнцезащитный крем – на рубцы.
31 день	1. ⚠️ Контрольный осмотр в клинике. 2. Солнцезащитный крем – на рубцы.
32 день ... 60 день	1. Солнцезащитный крем – на рубцы.

Общие требования

1. Не занимайтесь физическим трудом, не ходите в бассейн, сауны, бани в течение одного месяца со дня операции.
2. Не посещайте солярий и не загорайте в течение 6-и месяцев после операции.
3. После снятия швов наносите на рубцы солнцезащитный крем в течение 2-х месяцев. Независимо от времени года.
4. Физиопроцедуры (лимфодренаж, микротоки) ускоряют процесс реабилитации. Назначаются индивидуально.
5. Приходите на контрольные осмотры через месяц, три месяца, полгода. Мой помощник свяжется с вами. Даже если Вам кажется, что всё в порядке, я должен в этом убедиться лично.

Комментарии по препаратам и процедурам

Гепариновая мазь + Троксерутин гель

Компресс на область шеи и зону декольте на 15 минут, пока не исчезнут гематомы. Использовать мазь и гель одновременно в пропорции 1:1. Можно смешать и нанести, можно наносить последовательно.



⚠️ Перед первым применением обязательно провести тест на запястье: нанести мазь и гель на запястье в пропорции 1:1, закрыть плёнкой. Ждать 15 минут. Компресс должен вызвать покраснение кожи и лёгкий зуд. Если чешется сильно или начинают появляться волдыри, то нужно смыть с руки, и **не использовать эту смесь для шеи.**

Если тест на запястье прошёл успешно, то использовать мазь и гель 1 раз в день пока не сойдут гематомы. Нанести на шею и зону декольте, закрыть плёнкой на 15 минут, смыть.

Против гематом. Гематомы – это синяки, скопление крови под кожей.

Лимфомиозот



Капли для приёма внутрь. По 15 капель внутрь, 2 раза в день, 1 месяц.

Общая поддержка организма.

Настойка Календулы



Спиртовой раствор Календулы. Обрабатывать швы после снятия круговой давящей повязки вплоть до снятия швов. Вокруг глаз **не** обрабатывать. 2 раза в день: утром и вечером.

Стимулирует процесс заживления.

Лиотон гель



Мазь для наружного применения. Наносится на отёки на щеках, около ушей, избегая зоны вокруг глаз, 2 раза в день, пока не уйдут отёки. Перед применением помыть кожу.

Против отёков. Не обращайте внимание, что на упаковке нарисованы ноги.

Солнцезащитный крем



Крем для защиты рубцов от ультрафиолетового излучения. Обрабатывать рубцы после снятия швов в течение 2-х месяцев. Использовать независимо от времени года и погоды – даже в пасмурную погоду ультрафиолетовые лучи достигают поверхности Земли.

Под действием ультрафиолета рубцы темнеют и становятся заметными. Крем используйте в обязательном порядке.

Щадящая диета

Щадящая диета – это супы, каши, пюре, напитки – вся нежесткая еда. В полости рта есть швы, и чтобы они не разошлись, необходимо избегать твердой пищи и сильного напряжения жевательных мышц. Такую диету соблюдать 14 дней.