

## Eftervård för HIFU-behandling

Omedelbart efter HIFU-behandlingen:

Området kan vara rött direkt efter behandlingen. 1-2 dagar efteråt kan vissa uppleva mild svullnad och rodnad. Efter 5-7 dagar bör varken rodnad eller svullnad vara synliga.

Efter HIFU-behandlingen:

- Undvik andra behandlingar: Avstå från botox, fillers, laser eller RF-behandlingar inom en månad efter HIFU-behandlingen.
- Kosthållning: Minska kolhydrat- och kaloriintaget under 1-2 veckor för att underlätta kroppens användning av frigjort fett som energi.
- Vattenintag: Öka ditt dagliga vattenintag, gärna med citron, för att stödja kroppens naturliga rengöringsprocess.
- Alkohol: Undvik alkohol de första 24-48 timmarna efter behandlingen.
- Bastu och aktiviteter: Undvik bastu, ångbad och intensiv träning under en vecka efter behandlingen.
- Spa-behandlingar och massage: Avstå från spa-behandlingar och massage under återhämtningsperioden.
- Make-up: Undvik att använda make-up de första 24 timmarna efter behandlingen.
- Solskydd: Håll dig borta från direkt solljus och solarium i minst en vecka efter behandlingen.

För att säkerställa bästa möjliga resultat och en smidig återhämtningsprocess, vänligen följ noga dessa eftervårdsinstruktioner. Vid ovanliga symtom eller obehag, kontakta Nook Laser Studio omedelbart för rådgivning.