

# KOTIHOITO-OHJEET by pH**formula**

Sinulle on juuri tehty pHformulan edistyksellinen pinnoitushoito. Noudattamalla kotihoito-ohjeita saat hoidosta parhaan mahdollisen hyödyn.

## Kotihoito-ohjeet:

Heti hoidon jälkeen:

- Hoidon jälkeen voit käyttää iholla meikkiä. Suosittelemme pHformulan suojaavia ja hoitavia meikkituotteita. Käytä illalla pHformula-puhdistusainetta ja haaleaa vettä ihon hellävaraiseen puhdistamiseen.
- Vältä hikiliikuntaa, uimista ja saunomista vähintään 24 tuntia hoidon jälkeen.

14 vrk ajan hoidon jälkeen:

- Päivittäinen UV-suoja vähintään SPF30+.
- Vältä tahallista ja suoraa auringonvaloa sekä solariumia.
- Vältä voimakkaita ihokäsittelyjä ja kuorintahaittoja, kuten mikrohiontaa.

Normaalit ihoreaktiot pinnoituksen jälkeen:

- Punoitus välittömästi hoidon jälkeen on normaalia ja se voi kestää 1-2 tuntia riippuen ihon herkkydestä.
- Hoidon jälkeen voit kokea hetkellistä turvotusta hoidetulla alueella.
- Iho voi tuntua joitakin päiviä hoidon jälkeen herkemältä, kireämmältä ja kuivemmalta.
- Joskus iholle voi tulla kevyttä hilseilyä muutaman päivän jälkeen pinnoituksesta.
- Pinnallinen pigmentti saattaa hetkellisesti tummua ja epäpuhtauksia saattaa nousta ihon pinnalle, niiden poistuessa ihon alaisista kerroksista.
- Jos ihosi tuntuu reagoivan voimakkaasti, ota yhteyttä pinnoituksen tehneeseen ihoasiantuntijaan.

Yleisiä vinkkejä:

- Hoidon jälkeen suositellaan ihon runsasta kosteutusta.
- Ihoa ei tule kuoria, vaan on hyvä antaa mahdollisen hilseilyn tapahtua itsekseen, jotta iho ehtii uusiutua rauhassa.
- Käytä hoidon yhteydessä ihoasiantuntijasi suosittelemia kotihoitotuotteita ihon optimaalisen uudistumisen tueksi.
- Erytisen kuivuuden hoitoon SOS hydra gel mask voidaan levittää 2-3 kertaa viikossa virkistävänä, kosteuttavana ja rauhoittavana naamiona.
- Parhaat hoitotulokset saadaan usein 3-6 hoidon hoitojaksolla ja kotihoitoreseptin mukaisella ihonhoitorutiinilla.

