

Памятка по уходу за тату с пеленкой

Относиться серьезно и внимательно к процессу заживления

Вам понадобятся: Детские одноразовые пеленки, мазь, лейкопластырь, антибактериальное мыло

1. **Максимум через 1,5-2 часа снять компресс** сделанный мастером (пищевая пленка), дольше носить его не рекомендуется.
 2. Тщательно промыть татуировку **теплой (не горячей)** водой с антибактериальным или детским мылом.
 3. Промокнуть татуировку чистым полотенцем без ворсинок или бумажной салфеткой, дайте коже “подышать” 5-10 минут
 4. Намазать кремом Дексапантенол/ Бепантен / ДокторПРО /TattooRevive. Мажем **тонким** слоем всю поверхность тату, до впитывания. Кожа должна быть чуть липкая. Не мажьте толстым, жирным слоем, это бессмысленно, может возникнуть раздражение, обязательно промывая с мылом старый слой средства и сукровицы, держать кожу в чистоте.
 5. Сделать компресс. Зафиксируйте пластырем новый компресс из детской пеленки (вырезать ножницами нужный размер чуть больше самой татуировки, рекомендуется использовать размеры **компресса больше, чем размер татуировки на 1,5-2 см** в каждую сторону, чтобы избежать сползания).
 - Пусть компресс будет **немного свободным**, чтобы тело могло комфортно двигаться.
 - На детской пеленке будут оставаться частички краски, в первый же день может быть полный отпечаток всей татуировки на пеленке.
 6. Носите свободную одежду, ничто не должно натирать и давить на кожу в месте тату - это травмирует новый нежный слой.
 7. **5-8 раз в день меняйте компресс**, повторяя пункты с 2 по 6. Меняйте компрессы в течение 4-х дней. Не пересушивать кожу. **По необходимости менять компрессы чаще.**
 8. На с 5 по 14й день **уже без использования детской пеленки** промывать и мазать татуировку, повторять пункты со 2-го по 4-й. После 14-ти дней выполнения вышеописанной процедуры можно использовать детским крем.
- Первые 2 недели купание в ванне, водоемах и спорт **исключены**.
 - В душ можно, но **не горячий и не долгий**, избегая длительного контакта воды с пеленкой.
 - **Не потеть и не распаривать** кожу на время ношения пеленки. Носите свободную одежду с дышащей тканью.
 - Первые 1-2 сутки **исключить употребление** алкоголя в **больших** дозах, желательно исключить вообще. Алкоголь в целом понижает иммунитет, подавляет регенеративные функции организма и препятствует оттоку лимфы от места татуировки. Если уж его никак не избежать, то старайтесь употреблять крепкие напитки в небольших количествах. Большое количество пива может вызвать достаточно сильный отек.
 - 2-3 дня нельзя принимать сосудорасширяющие препараты.
 - Если в первые дни после снятия пленки имеется в некоторых местах **легкое(!) воспаление** в виде красноты вокруг тату, потничек (не путать с инфекционным воспалением) - нужно дополнительно обрабатывать Мирамистином, смочив ватный диск, промакивающими движениями обработать, высушить кожу и помазать тонким слоем крема. Продолжаем до снятия воспаления.

- На месте татуировки может появиться **шелуха с частицами пигмента** — это отшелушивается образовавшаяся пленка, верхний слой кожи. **Запрещается** отдирать, ковырять и распаривать эту кожу, т.к. этот слой **защищает** формирующийся **новый** слой эпидермиса. **Нельзя чесать** заживающее место, зуд можно унять похлопываниями.
- **После 3-4 недель за кожей нужно не забывать ухаживать и мазать любимым увлажняющим кремом для тела. Защищать кожу от солнечных ожогов, травм.**

Сроки:

- Среднее время заживления поверхности татуировки: 4-7 дней, **полная регенерация/обновление кожи 3-4 недели**. На 2-5 сутки образуется плотная сухая пленка на коже, которая в следствие отшелушивается.
- Баня — **через 2 недели**, закрыв тату полотенцем, чтобы не обжечь новый нежный слой кожи;
- Длительный загар/солярий — **через 4 недели**, при условии нанесения защитного крема с фактором не менее **30-50SPF** или прикрывание татуировки полотенцем.
- Спорт — через **1,5-2 недели**, но при условии того, что место татуировки не трется, до занятия промыть и помазать, после занятия повторить.
- Легкая гимнастика, без интенсивной нагрузки - после **снятия пленки**.
- Бассейн и водоемы — через **2-3 недели**, во время купания татуировка должна быть увлажнена мазью. **Хлор** в бассейне **агрессивно воздействует** на новую нежную кожу в месте тату, а так же **сушит** ее.
- Шугаринг/эпиляции на месте нанесения тату - через **месяц**.

Побочные эффекты:

Редко (это нормально, не стоит беспокойства) возможны незначительное повышение температуры, припухлость, небольшие отеки, синячки на месте тату, увеличение лимфоузлов расположенных в непосредственной близости от тату. При возникновении побочных – связаться с мастером для дальнейшего инструктажа.

Дополнительные средства по уходу за тату:

- Хлоргексидин — мощный антисептик к большинству бактерий. Позволяет сохранять антисептическую активность геля продолжительное время. Для надежной защиты крупных татуировок;
- Витамин B5 — активный компонент для восстановления татуированной кожи. Быстро снимает раздражение. Превращаясь в пантотеновую кислоту, обеспечивает пролонгированное действие геля;
- Концентрат ромашки лекарственной — выравнивает поверхность кожи заживающей татуировки, повышает эластичность и борется с микробами. Позволяет использовать гель на чувствительной коже.

Радости от новой татуировки!
С любовью @tenku_tattoo