

## Памятка по уходу с заживляющей тату пленкой

Относиться серьезно и внимательно к процессу заживления

- 4-5 суток ходить с заживляющей пленкой (зависит от объема работы, уточню на сеансе) **не нарушая ее целостность и герметичность.**
- Не отклеиваем преждевременно, не прокалываем. Под пленкой **возможно скопление лимфы** с пигментом, будто подтёки - это нормально.
- На время ношения пленки купание в ванне, водоемах и спорт **исключены.**
- В душ можно, но **не горячий и не долгий**, избегая длительного контакта воды с пленкой.
- **Не потеть и не распаривать** кожу на время ношения пленки. Носить свободную одежду с дышащей тканью.
- Первые 1-2 суток **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.
- Пленку снимать на сухую, поддев край и **оттягивая ее в сторону**, тем самым осторожно растягивая ее. **Аккуратно**, не торопясь.
- После снятия кожа после пленки разгладится. Возможно раздражение в виде красноты в местах, где была приклеена пленка. Отпечаток тату на пленке - норма.
- Возможны остатки специального клея от пленки или не много засохшей сукровицы на коже - **не отдирайте и не трите** мочалкой! После снятия пленки все постепенно сойдёт.
- Промыть аккуратно тату под теплой водой с антибактериальным мылом, дать высохнуть коже (промокнуть аккуратно чистым полотенцем) и 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.**
- Мазать **тонким** слоем около **3-4х раз в день** (или по мере высыхания кожи, не пересушивайте кожу) **мазать кремом можно весь период заживления** (3-4 недели), **обязательно промывая с мылом старый слой средства**, держать кожу в чистоте.
- Носить свободную одежду, ничто не должно натирать и давить на кожу в месте тату - это травмирует новый нежный слой. Не пересушивать кожу.
- 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.
- **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.
- 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.
- 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