

کلینیک زیبایی دکتر کاظم قاسمی

نکات مراقبت بعد از تزریق PRP صورت

(راهنمای کامل و دقیق دوره نقاهت)

🇮🇷 وضعیت خواب و استراحت

- حداقل ۲۴ تا ۴۸ ساعت اول، سر خود را بالاتر از بدن نگه دارید.

- از خوابیدن روی صورت یا فشار آوردن به نواحی تزریق شده خودداری کنید.

- در ۲۴ ساعت اول از صحبت کردن زیاد و حرکات شدید صورت پرهیز نمایید.

😓 کنترل تورم و قرمزی

- قرمزی، تورم خفیف و احساس گرما در ناحیه تزریق تا ۲ تا ۳ روز طبیعی است.

- از کمپرس سرد (غیرمستقیم) در ۲۴ ساعت اول برای کاهش تورم استفاده کنید.

🚫 موارد ممنوع

- تا ۷۲ ساعت از آرایش کردن، استفاده از کرم‌های موضعی و محصولات مراقبتی روی صورت خودداری کنید.

- تا ۱ هفته از ورزش سنگین، سونا، استخر و حمام داغ پرهیز کنید.

- تا ۲ هفته از استعمال دخانیات و مصرف الکل اجتناب کنید.

- تا ۴۸ ساعت از ماساژ صورت و فشار دادن نواحی تزریق شده خودداری کنید.

- تا ۲ هفته از قرار گرفتن در معرض نور مستقیم خورشید و سولاریوم پرهیز کنید.

- تا ۳ روز از مصرف داروهای رقیق‌کننده خون (آسپرین، ایبوپروفن و ...) بدون دستور پزشک خودداری کنید.

🧴 مراقبت از پوست

- ناحیه تزریق را تمیز و خشک نگه دارید.

- فقط از شوینده‌های ملایم و بدون عطر برای شستشوی صورت استفاده کنید.
- از روز سوم می‌توانید از مرطوب‌کننده‌های ساده و بدون عطر طبق دستور پزشک استفاده نمایید.
- تا ۷ روز از لایه‌برداری، اسکراب و محصولات حاوی اسید (رتینول، AHA، BHA) اجتناب کنید.

تغذیه 🍏

- مصرف نمک را کاهش دهید.
- نوشیدن آب و مایعات فراوان (حداقل ۲.۵ لیتر در روز) توصیه می‌شود.
- مصرف میوه و سبزیجات تازه به بهبود سریع‌تر کمک می‌کند.

داروها 💊

- داروهای تجویز شده را دقیقاً طبق دستور پزشک مصرف کنید.
- در صورت نیاز، از مسکن‌های مجاز (معمولاً استامینوفن) استفاده نمایید.

⚠️ علائم هشدار - مراجعه فوری به پزشک

در صورت مشاهده هر یک از موارد زیر، فوراً با پزشک تماس بگیرید:

- تب و لرز
- ترشح چرکی یا بدبو
- درد شدید و رو به افزایش
- تورم و قرمزی شدید و یک‌طرفه
- کبودی گسترده یا خونریزی مداوم

نکات مراقبت بعد از تزریق PRP سر (درمان ریزش مو)

(راهنمای کامل و دقیق دوره نقاهت)

وضعیت خواب و استراحت

- حداقل ۲۴ تا ۴۸ ساعت اول، سر خود را بالاتر از بدن نگه دارید.
- از خوابیدن روی شکم یا فشار دادن ناحیه سر خودداری کنید.
- در ۲۴ ساعت اول از خم کردن سر به پایین و حرکات شدید سر پرهیز نمایید.

کنترل تورم و قرمزی

- قرمزی خفیف، تورم و حساسیت پوست سر تا ۲ تا ۳ روز طبیعی است.
- از کمپرس سرد (غیرمستقیم) در ۲۴ ساعت اول برای کاهش تورم استفاده کنید.
- مصرف آناناس و آب آناناس به کاهش التهاب کمک می‌کند.

موارد ممنوع

- تا ۴۸ ساعت از شستشوی سر و تماس با آب خودداری کنید.
- تا ۱ هفته از ورزش سنگین، سونا، استخر و حمام داغ پرهیز کنید.
- تا ۲ هفته از استعمال دخانیات و مصرف الکل اجتناب کنید.
- تا ۷۲ ساعت از ماساژ سر، خاراندن و دست زدن به ناحیه تزریق خودداری کنید.
- تا ۲ هفته از قرار گرفتن در معرض نور مستقیم خورشید و سولاریوم پرهیز کنید.
- تا ۳ روز از مصرف داروهای رقیق‌کننده خون (آسپیرین، ایبوپروفن و ...) بدون دستور پزشک خودداری کنید.

مراقبت از پوست سر

- تا ۴۸ ساعت از استفاده از هرگونه شامپو، ژل، اسپری و محصولات مو خودداری کنید.
- از روز دوم می‌توانید موهای خود را با شامپوی ملایم و بدون سولفات بشویید.

- تا ۷ روز از رنگ کردن مو، دکلره، فر و صافی مو اجتناب کنید.
- از کلاه تنگ و فشارآور تا ۳ روز استفاده نکنید.

تغذیه 🍏

- مصرف نمک را کاهش دهید.
- نوشیدن آب و مایعات فراوان (حداقل ۲.۵ لیتر در روز) توصیه می شود.
- مصرف پروتئین، میوه و سبزیجات تازه به بهبود سریع تر کمک می کند.

داروها 📌

- داروهای تجویز شده را دقیقاً طبق دستور پزشک مصرف کنید.
- در صورت نیاز، از مسکن های مجاز (معمولاً استامینوفن) استفاده نمایید.

⚠️ علائم هشدار – مراجعه فوری به پزشک

در صورت مشاهده هر یک از موارد زیر، فوراً با پزشک تماس بگیرید:

- تب و لرز
- ترشح چرکی یا بدبو
- درد شدید و رو به افزایش
- تورم و قرمزی شدید و گسترده
- خونریزی مداوم

رعایت دقیق پرهیز از شستشوی سر در ۴۸ ساعت اول و عدم ماساژ ناحیه، نقش مهمی در کاهش عوارض و دستیابی به نتیجه بهتر دارد. در صورت بروز هرگونه سؤال یا مشکل، حتماً با کلینیک تماس بگیرید.

♦ نکات تکمیلی مهم

- نتیجه نهایی تزریق PRP معمولاً پس از ۳ تا ۴ جلسه و ۲ تا ۳ ماه بعد از آخرین جلسه مشخص می شود.

- ممکن است ۲۴ تا ۴۸ ساعت بعد از تزریق، پوست کمی خشک یا پوسته دار شود که طبیعی است.

- برای حفظ نتیجه، حداقل هر ۶ تا ۱۲ ماه یک جلسه نگهدارنده توصیه می شود.

توصیه نهایی:

رعایت دقیق این دستورات عملی، به ویژه پرهیز از آرایش و تماس با ناحیه تزریق در ۷۲ ساعت اول، نقش مهمی در کاهش عوارض و دستیابی به نتیجه بهتر دارد. در صورت بروز هرگونه سؤال یا مشکل، حتماً با کلینیک تماس بگیرید.

کانال بله: @Drkazemghasemi

پیج اینستاگرام: Dr.kazemghasemi

خط مشاوره واتس اپ: ۰۹۳۰۷۰۸۲۸۲۸

ارتباط تلفنی: ۰۲۶۳۴۴۹۲۲۴۷ / ۰۲۶۳۴۴۹۲۲۴۳

وب سایت ما: drkazemghasemi.ir

با تشکر

کلینیک زیبایی دکتر کاظم قاسمی