Jälkihoito-ohjeet, täyteainehoito

Täyteainehoidon jälkeen käsitellyllä alueella voi esiintyä lievää punoitusta, turvotusta, arkuutta, pientä kipua, kutinaa, kihelmöintiä tai pieniä mustelmia. Jos sinulla on taipumusta yskänrokkoon (herpes simplex), hoito saattaa joskus laukaista sen uudelleen.

Kaikki nämä oireet ovat **normaaleja ja ohimeneviä**, ja ne rauhoittuvat yleensä itsestään muutaman päivän kuluessa.

Turvotuksen ja epämukavuuden lievittäminen

Ensimmäisten päivien aikana voit halutessasi käyttää kylmäpakkausta turvotuksen vähentämiseksi. Kääri kylmäpakkaus puhtaaseen kankaaseen ja pidä sitä kevyesti hoidettavalla alueella **15 minuuttia kerrallaan**, **4–8 kertaa päivässä**. Älä paina pakkausta ihoon, vältä ihon jäädyttämistä.

Jos tunnet kihelmöintiä tai turvotusta, voit tarvittaessa ottaa **apteekista ilman reseptiä saatavaa allergialääkettä**, esim. setiritsiiniä.

Heti hoidon jälkeen

- Vältä käsitellyn alueen koskettelua **vähintään kahdeksan tunnin ajan**.
- Kasvot voi puhdistaa ja meikkiä voi laittaa **seuraavana päivänä**.
- Muuten ihoa voi hoitaa normaalisti, kuitenkin **hellävaraisesti ja miedoin tuottein**.
- Vaihda **tyynyliinasi**.
- Muita esteettisiä hoitoja (kuten kemiallisia kuorintoja, botuliini- tai täyteainehoitoja, IPL- tai laserhoitoja) voidaan tehdä **aikaisintaan kahden päivän kuluttua**.

VM

© 2025 Ville Männistö – Kaikki oikeudet pidätetään. Ei kopiointia ilman lupaa.

Jälkihoito-ohjeet, täyteainehoito

Ensimmäisen viikon aikana

- Vältä käsitellyn alueen altistamista **äärilämpötiloille**, kuten saunalle, suoralle auringonpaisteelle, solariumille tai pakkaselle, kunnes punoitus ja turvotus ovat kokonaan poissa.
- Vältä **uintia, raskasta liikuntaa ja runsasta hikoilua** kolmen ensimmäisen päivän ajan.
- Ensimmäisten **viiden päivän** aikana älä kuori ihoa mekaanisesti äläkä käytä **AHA- tai BHA-tuotteita**.
- Vältä myös **alkoholia sisältäviä ihonhoitotuotteita** viiden päivän ajan.
- Vahvoja **kemiallisia kuorintoja** on hyvä välttää **neljän viikon ajan**.
- Älä käytä aktiivisia aineita sisältäviä tuotteita, kuten **bentsoyyliperoksidia, hydrokinonia tai retinoideja** (esimerkiksi retinolia ja tretinoiinia).
- Vältä alueen hieromista ja painelua vähintään **neljän viikon ajan.**

Jos sinulla herää mitä tahansa kysyttävää tai huolta hoidon jälkeen, ota rohkeasti yhteyttä. Turvallisuutesi, mukavuutesi ja luottamuksesi ovat aina etusijalla.

Ville Männistö **|** Suu- ja leukakirurgian erikoishammaslääkäri | Esteettiset hoidot
ville@exop.fi | p. 044 983 4030

VM

© 2025 Ville Männistö – Kaikki oikeudet pidätetään. Ei kopiointia ilman lupaa.