



FILLERS

POST CARE

- **AVOID** drinking alcohol or strenuous exercise, which may result in additional bruising. Until the swelling and redness have resolved, do not expose the area to intense heat, such as sunbathing, tanning, sauna, hot tubs or hot wax.
- **ICE PACKS** can be applied periodically to reduce swelling, you may also take pain medications, such as acetaminophen (Tylenol) or ibuprofen (advil, motrin, etc). However, taking ibuprofen or aspirin may exacerbate bruising, as they have blood thinning properties.
- To help **ALLEVIATE BRUISING**, we also recommend the topical application of Amica, a natural ointment commonly used to reduce bruising. You can find Amica in the natural foods sections of your grocery store, or at local pharmacies. We will also provide you with some in our office.
- **MINIMIZE MOVEMENT OF TREATED AREA.** However, if there is visible bump, you can massage the area, the product will soften into the skin naturally within few days.
- Sunscreen and makeup can be applied, and the area can be gently washed with a gentle cleanser.

In case of any redness or irritation please do not hesitate to call 17811111.



الحشو

الرعاية اللاحقة

- تجنب شرب الكحول أو عمل التمارين الشاقة ، والتي قد تؤدي إلى كدمات إضافية.
- حتى يخف التورم والاحمرار ، لا تعرض المنطقة للحرارة الشديدة ، مثل حمامات الشمس ، والتسمير ، والسونا ، وأحواض الإستحمام الساخنة أو الشمع الساخن.
- يمكن استخدام كمادات الثلج بشكل دوري لتقليل التورم ، كما يمكن تناول أدوية مسكنة للألم ، مثل عقار اسيتامينوفين (Tylenol) أو ايبوبروفين (Mortin، Advil، إلخ)
- ومع ذلك ، قد يؤدي تعاطي الأيبوبروفين أو الأسبرين إلى تفاقم الكدمات ، حيث أن لها خصائص ترقق الدم.
- للمساعدة في تخفيف الكدمات ، نوصي باستخدام أميكا ، وهو مرهم طبيعي يستخدم عادة للحد من الكدمات. يمكنك العثور على Amica في أقسام الأطعمة الطبيعية في متجر البقالة الخاص بك ، أو في الصيدليات المحلية. سنزودك أيضًا ببعض منها في مكتبنا.
- قلل من الحركة (اللمس) في المنطقة المعالجة. لكن إذا كان هناك نتوء مرئي ، يمكنك تدليك المنطقة بلطف وسوف تتجانس المادة المحقونة بشكل طبيعي في غضون أيام قليلة.
- يمكن استخدام واقي الشمس والماكياج ، ويمكن غسل المنطقة بلطف مع تطهير لطيف.

في حال وجود أي احمرار أو تهيج يرجى عدم التردد في الاتصال بالرقم ١٧٨١١١١١