

Verhaltenshinweise nach einer PRP-Behandlung

Um die bestmöglichen Ergebnisse zu erzielen und Risiken zu minimieren, sollten Sie nach der PRP-Behandlung die folgenden Hinweise beachten:

1. Vermeiden Sie Sonnenexposition

- **Direkte Sonneneinstrahlung und Solariumbesuche** sollten für mindestens **48 Stunden nach der Behandlung** vermieden werden, um Hautirritationen oder Pigmentstörungen zu verhindern.
- Verwenden Sie, falls nötig, einen **hohen Sonnenschutz (SPF 50 oder höher)**, um die Haut zu schützen.

2. Keine anstrengenden körperlichen Aktivitäten

- Verzichten Sie für die nächsten **24 bis 48 Stunden** auf anstrengende körperliche Aktivitäten oder Sportarten, die die Durchblutung erhöhen könnten. Dies reduziert das Risiko von Schwellungen, Blutergüssen und Unwohlsein.

3. Kühlen Sie die behandelten Bereiche

- **Leichte Schwellungen oder Rötungen** sind nach einer PRP-Behandlung normal. Sie können die betroffenen Stellen vorsichtig mit einem **Kühlpack** kühlen, um Schwellungen zu reduzieren. Wickeln Sie das Kühlpack in ein Tuch, um direkten Kontakt mit der Haut zu vermeiden.

4. Keine Gesichtsmassagen oder Manipulationen

- Vermeiden Sie es, die behandelten Hautbereiche zu massieren, zu reiben oder stark zu drücken, um das Ergebnis der PRP-Behandlung nicht zu beeinträchtigen.
- **Keine Gesichtsbehandlungen, Microneedling oder aggressive Peelings** für mindestens **7 Tage** nach der PRP-Behandlung.

5. Verzichten Sie auf Make-up

- Vermeiden Sie es, für mindestens **24 Stunden** nach der Behandlung Make-up oder andere kosmetische Produkte aufzutragen. Dadurch können Infektionen vermieden und die Hautheilung unterstützt werden.

6. Vermeiden Sie Alkohol und Rauchen

- **Verzichten Sie für 48 Stunden auf Alkohol und vermeiden Sie das Rauchen**, um den Heilungsprozess zu fördern und die Durchblutung der Haut nicht zu beeinträchtigen. Nikotin kann die Regeneration der Haut verlangsamen.

7. Pflege der behandelten Haut

- **Sanfte Hautreinigung:** Reinigen Sie die behandelte Haut vorsichtig und verwenden Sie milde, pH-neutrale Reinigungsmittel. Vermeiden Sie aggressive Peelings, starke Reinigungsmittel oder Produkte mit Alkohol.
- **Feuchtigkeitspflege:** Tragen Sie eine beruhigende, feuchtigkeitsspendende Creme auf, die Ihre Haut beruhigt und regeneriert.

8. Saunabesuche, Dampfbäder und heiße Duschen

- Vermeiden Sie **heiße Duschen, Dampfbäder und Saunabesuche** für mindestens **48 Stunden**, um das Risiko von Hautirritationen oder übermäßigen Schwellungen zu verringern.

9. Hautreaktionen beobachten

- **Leichte Schwellungen, Rötungen oder kleine Blutergüsse** können in den ersten Tagen nach der Behandlung auftreten und sind normal. Diese Symptome klingen in der Regel innerhalb von **3–5 Tagen** ab.
- Sollten Sie jedoch **starke Schmerzen, Fieber, anhaltende Schwellungen** oder **Infektionszeichen** (z. B. Eiter, starker Juckreiz) bemerken, kontaktieren Sie umgehend Ihren Arzt.

10. Keine weiteren Behandlungen ohne Rücksprache

- Planen Sie **keine weiteren kosmetischen Behandlungen** (z. B. Laser, Filler, Microneedling, chemische Peelings) in den nächsten **1–2 Wochen**, ohne vorher mit Ihrem Arzt Rücksprache zu halten.

Wichtiger Hinweis:

Das endgültige Ergebnis der PRP-Behandlung wird sich erst nach einigen Wochen vollständig zeigen, da die Regeneration und Kollagenbildung Zeit benötigt. Für optimale Resultate werden oft **mehrere Behandlungen im Abstand von 4–6 Wochen** empfohlen.

Sollten nach der Behandlung ungewöhnliche Symptome auftreten, oder haben Sie Fragen, wenden Sie sich bitte direkt an Ihren behandelnden Arzt.