

Vor- und Nachsorge

Microneedling



Studio-Richtlinien.....	2
Rechtlicher Hinweis	3
Kontraindikationen	3
Vor der Behandlung	4
Hinweise zur Betäubung	5
Während der Behandlung.....	6
Nach der Behandlung	7
Heilungsphase.....	8
Nachbehandlungen.....	8
Nebenwirkungen	9
Aftercare	10
Produktempfehlungen	11

Um einen reibungslosen Ablauf und eine entspannte Atmosphäre für alle Kunden zu gewährleisten, gelten folgende Studio-Richtlinien:

Einlass & Pünktlichkeit:

- Der Zutritt zum Studio erfolgt ausschließlich zur vereinbarten Uhrzeit. Bitte nicht vor der vereinbarten Uhrzeit klingeln. Ein früherer Einlass ist ggf. nur nach vorheriger Rücksprache möglich.
- Begleitpersonen/Kinder können leider nicht mitgebracht werden.
- Bei Verspätungen ist eine rechtzeitige Benachrichtigung erforderlich. Verspätungen ab 15 Minuten können zu einer kostenpflichtigen Absage des Termins führen.
- Öffnungszeiten für Rücksprachen:
Montag bis Freitag: 09:00 – 19:00 Uhr
Samstag: 09:00 – 15:00 Uhr

Anschrift: Bahnhofstraße 31, 75217 Birkenfeld.

Kundenparkplätze: Sind vorhanden, jedoch nicht sofort erkennbar. Bitte ausschließlich die gekennzeichneten Kundenparkplätze nutzen. Eine genaue Beschreibung mit Bildern unter:

www.ebrukayal.de/parkplatz/

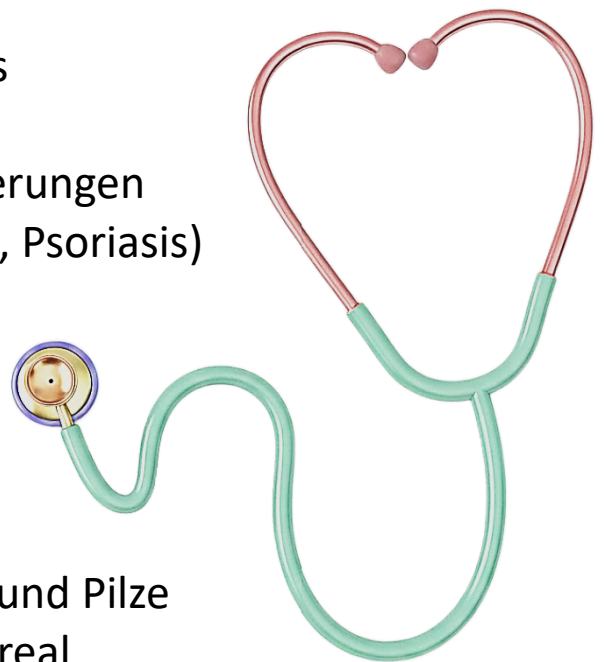
Hygiene: Straßenschuhe werden am Eingang ausgezogen. Desinfizierte Hausschuhe stehen zur Verfügung.

Diese Informationen zur Vor- und Nachsorge dienen ausschließlich der allgemeinen Aufklärung und ersetzen keine ärztliche Beratung. Es handelt sich um ein kosmetisches Verfahren, nicht um eine medizinische Therapie. Ein Heilversprechen wird nicht gegeben. Die Umsetzung der Empfehlungen erfolgt auf eigene Verantwortung. Für Schäden, die durch Nichtbeachtung der Hinweise oder individuelle Hautreaktionen entstehen, wird keine Haftung übernommen.

Kontraindikationen

Die Durchführung kosmetischer Eingriffe bei bestehenden Kontraindikationen kann gefährlich sein und das Risiko von Nebenwirkungen erhöhen. In folgenden Fällen kann eine Behandlung nicht durchgeführt werden:

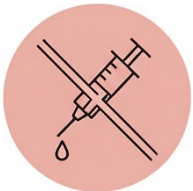
- Krebserkrankung
- Insulinabhängiger Diabetes mellitus
- Autoimmunerkrankung
- Hautkrankheiten oder Hautveränderungen in der Anwendungszone (z. B. Akne, Psoriasis)
- HIV und Hepatitis
- Akute Herz-Kreislauf-Probleme
- Schwangerschaft/Stillzeit
- Blutverdünnende Medikamente
- Blutgerinnungsschwierigkeiten
- Infektionen durch Bakterien, Viren und Pilze
- Metallimplantate im Behandlungsareal
- Epilepsie



Vor der Behandlung



Verzichte mindestens 24 Stunden vor der Behandlung auf blutverdünnende Medikamente (z. B. Aspirin, Ibuprofen) sowie auf Alkohol, Drogen und Koffein, da diese Blutungen und Wundheilungsstörungen verursachen können. Bei regelmäßiger Einnahme von blutverdünnenden Medikamenten sprich vorher mit deinem Arzt über die Möglichkeit, diese vorübergehend abzusetzen.



2-4 Wochen vor dem Termin keine Injektionen (Hyaluron, Botox), da das Material sonst schneller abbauen kann.



2 Wochen vor dem Termin:

- Keine übermäßige UV-Bestrahlung (Sonne, Solarium)
 - Keine Selbstbräunungscremes
 - Keine aggressiven Peelings (z.B. AHA, BHA)
- um Risiken und Nebenwirkungen zu verhindern.



- Bitte ungeschminkt zur Behandlung kommen. Das Abschminken ist nicht inbegriffen, da Make-up, besonders Mascara, oft hartnäckig sind und zusätzlichen Aufwand erfordern. Falls nötig, steht kostenfreies Abschminkmaterial zur Verfügung (bitte vorher Bescheid geben).
- 2 bis 3 Tage vor der Behandlung sollten hochdosierte Wirkstoffprodukte wie Seren oder Cremes, insbesondere Retinol, Retinal und Vitamin C, pausiert werden, um mögliche Hautreizungen zu vermeiden.

Hinweise zur Betäubung

Jeder Mensch ist unterschiedlich schmerzempfindlich, daher ist eine Betäubung optional. Manche benötigen sie, andere kommen problemlos ohne aus. Wichtig: Kosmetikerinnen dürfen gesetzlich keine Betäubungsmittel auftragen, verkaufen oder zur Verfügung stellen. Eine gewünschte Betäubung muss daher selbst gekauft und rechtzeitig vor dem Termin gemäß Herstellerangaben ausreichend dick und lange aufgetragen werden.



- Empfehlung: Emulus oder Anesderm (30 g-Packung, reicht für mehrere Behandlungen). Wichtig: Lieferzeiten beachten, da die Produkte nicht immer vorrätig sind oder kleinere Packungen (5 g) deutlich teurer angeboten werden und schnell verbraucht sind.
- Hinweis: Der Termin kann nicht kurzfristig abgesagt werden, falls die Betäubung nicht rechtzeitig verfügbar ist.
- Ohne Betäubung: Bei erhöhter Schmerzempfindlichkeit kann die Behandlung mit geringerer Intensität durchgeführt werden, was Wirksamkeit und Ergebnis beeinträchtigen kann. Ist die Behandlung selbst dann nicht möglich, muss sie kostenpflichtig abgebrochen werden.
- Die Betäubung kann zusätzlich zum Termin mitgebracht werden. Eine kurze Einwirkzeit von wenigen Minuten wird kostenlos eingeplant. Diese reicht jedoch nicht für eine vollständige Betäubung aus. Für eine ausreichende Betäubung muss diese bereits vor dem Termin gemäß Herstellerangaben aufgetragen werden.

Während der Behandlung



Augen geschlossen halten: Um Hygiene und Sicherheit (vor Werkzeugen, Produkten, Licht, Schmutz usw.) zu gewährleisten.



Kein Kaugummi kauen und wenig sprechen: Bei Behandlungen im Gesicht können ständige Kieferbewegungen die Präzision der Behandlung beeinträchtigen und den Ablauf stören.



Handy auf lautlos schalten: Um eine entspannte und reibungslose Behandlung zu ermöglichen und Ablenkungen zu vermeiden.

Nach der Behandlung

Nach einer kosmetischen Behandlung ist die Haut für einige Tage besonders aufnahmefähig für wirkungsvolle Pflegeprodukte, aber auch anfälliger für Bakterien und Viren. Daher ist es wichtig, die folgenden Pflegehinweise zu beachten:



Nicht ins Gesicht fassen: An den Händen sammeln sich viele Keime, die für Entzündungen sorgen können (ggf. auch Haustiere von der behandelten Stelle fernhalten).



Frische Bettwäsche: Für eine saubere Oberfläche, um deine Haut vor Keimen zu schützen.



Kein Make-Up: Es wird empfohlen, für ca. 2-3 Tage keine Make-up-Produkte aufzutragen.



Schutz vor UV-Strahlung:

Die Haut vor Sonne und Solarium schützen sowie einen hohen LSF +50 auftragen. Vor dem Urlaub mindestens eine Woche Heilungszeit einplanen, da starke Sonneneinstrahlung, Salz- oder Chlorwasser sich negativ auf den Heilungsprozess auswirken.



Vermeidung von Feuchtigkeit:

- Ca. 2-3 Tage Wasserdampf, Sport (Schwitzen) und lange Duschen vermeiden -> nur kurz Duschen, anschließend trocken tupfen (nicht reiben!).
- Ca. 7 Tage Schwimmen, Baden und Saunagänge vermeiden.

Nach einer Microneedling-Behandlung kann die Haut in den ersten ein bis zwei Tagen gerötet und geschwollen sein, ähnlich wie bei einem Sonnenbrand. In den folgenden 3 bis 7 Tagen kann es zu einem schuppenden, trockenen Hautgefühl kommen, während die Rötung abnimmt. Nach etwa 1 bis 2 Wochen ist die Haut in der Regel gut abgeheilt und zeigt ein strafferes, gleichmäßigeres Hautbild. Das endgültige Ergebnis wird jedoch erst nach 8 bis 12 Wochen sichtbar, da eine Nachwirkung eintritt. Eine sorgfältige Nachsorge ist entscheidend, um den Heilungsprozess optimal zu unterstützen.

Nachbehandlungen

Bei Hautproblemen wie Falten, vergrößerten Poren, Pigmentflecken oder Unreinheiten sind mehrere Sitzungen notwendig, um die Hautstruktur nachhaltig zu verbessern. Tiefer liegende Hautprobleme lassen sich nicht in einer einzigen Behandlung lösen und erfordern daher Geduld sowie regelmäßige Anwendungen.

Für optimale und langanhaltende Ergebnisse empfiehlt sich eine Kur von mindestens 3 Behandlungen im Abstand von etwa 4-6 Wochen, abhängig vom individuellen Hautzustand und den persönlichen Zielen. Zur Erhaltung des Ergebnisses kann eine Auffrischung (oder bei Bedarf) durchgeführt werden.

Es kann auch vorkommen, dass trotz mehrfacher Nachbehandlungen das gewünschte Ergebnis ausbleibt. Mögliche Gründe dafür sind: Hauttyp (z.B. fettige Haut), Alter, Lebensstil, Narben, Hormone, Gesundheitszustand, Medikamente oder eine unzureichende Beachtung der Vor- und Nachsorgeanweisungen.

Nach der Behandlung kann es zu folgenden Nebenwirkungen kommen (das Risiko steigt, wenn die Vor- und Nachsorge nicht sorgfältig beachtet wird):

- Schmerzen und Berührungsempfindlichkeit am ersten Tag nach der Behandlung.
- Kurzzeitige Rötungen, entzündliche Reaktionen, Schuppungen und/oder Schwellungen bis zu 7 Tage nach der Behandlung.
- Leichte lokale Blutungen.
- Hautirritationen (Erwärmung, Jucken), tritt normalerweise nur in den ersten 12-48 Stunden nach der Behandlung auf.
- Bildung von kleinen Blasen, Pusteln oder Grieskörnern.
- Hyper- oder Hypopigmentierung.

In der ersten Woche nach der Behandlung benötigt deine Haut besonders viel Ruhe und eine schonende Pflege. Die Haut kann in dieser Zeit empfindlicher reagieren und sollte daher nicht unnötig belastet werden. Achte auf eine sanfte Reinigung, gut verträgliche Pflege und verzichte vorübergehend auf intensive Wirkstoffe.

 **Reinigung:** Verwende ausschließlich sanfte Reinigungsprodukte, die besonders hautverträglich sind und keine Duftstoffe enthalten. Finger weg von Seifen, Salzpeelings oder DIY-Produkten.

 **Hautpflege:** Setze auf gut verträgliche, beruhigende und hautbarrierestärkende Inhaltsstoffe wie z. B. Panthenol, Ceramide, Glycerin, Ectoin, Allantoin, Beta-Glucan und Hyaluronsäure.

 **Verzicht auf starke Wirkstoffe:** Für ca. eine Woche nach der Behandlung keine hochdosierten Wirkstoffe wie Vitamin C, Retinoide, Säurepeelings (AHA, BHA, PHA), Enzympeelings oder Benzoylperoxid verwenden.

 **Keine puren Öle:** Auf die Anwendung purer Öle sollte verzichtet werden. Je nach Öl können sie unterschiedlich auf die Haut wirken. In einer Creme können Öle sehr sinnvoll sein, pur aufgetragen können sie jedoch auch das Gegenteil bewirken und die Haut belasten. Öle wirken in erster Linie okklusiv, also versiegelnd, und sollten daher nur ergänzend verwendet werden. Mehr dazu und welche Öle für welchen Hautzustand geeignet sind, findest du im E-Book „Skincare-Guide“.

Damit die Produktempfehlungen richtig eingeordnet werden können, zunächst einige wichtige Informationen:

Die nachfolgenden Produktempfehlungen sind bewusst mild gewählt und für die Pflege nach einer intensiven Gesichtsbehandlung geeignet. Insbesondere in der ersten Woche sollte die Haut besonders schonend gepflegt werden. Sobald sich die Haut erholt hat, gelten wieder die individuellen Empfehlungen aus dem E-Book „Skincare-Guide“ bzw. der Skincare-Beratung.

Auch fettige Haut kann nach einer intensiven Behandlung vorübergehend viel Feuchtigkeit benötigen. Nach der Erholungszeit kann dieselbe Pflege jedoch zu reichhaltig sein. Bei trockener und empfindlicher Haut können die empfohlenen Produkte hingegen auch langfristig sinnvoll sein. Daher sind die Empfehlungen nicht speziell auf den individuellen Hautzustand abgestimmt. Eine individuelle Verträglichkeit kann daher nicht garantiert werden.

Skincare-Reihenfolge nach Gesichtsbehandlungen (unterteilt in morgens & abends):

Morgens: 1. Reinigung mit Wasser → 2. Toner/Serum → 3. Creme → 4. Sonnenschutz → 5. Make-up oder getönter Sonnenschutz (erst nach 48 Stunden!).

Abends: 1. Reinigung mit mildem Produkt → 2. Toner/Serum → 3. Creme.

Morgens: Nur mit lauwarmem Wasser abspülen. Kein Reinigungsgel oder andere Reinigungsprodukte verwenden.

Abends: Ein mildes Reinigungsprodukt verwenden, um Sonnenschutzreste und Ablagerungen des Tages zu entfernen. Reinigungsprodukt Sanft einmassieren und mit Wasser abspülen.

Anschließend ein Mikrofasertuch mit lauwarmem Wasser anfeuchten und sanft über das Gesicht streichen, um verbliebene Rückstände zu entfernen -> **Sehr Empfehlenswert!** Das Mikrofasertuch nach 3–4 Anwendungen in der Waschmaschine waschen. Daher am besten mehrere Tücher bereithalten. Ein einzelnes Mikrofasertuch kann unzählige Male gewaschen und wiederverwendet werden.



Preis-Leistung Top: 12er Packung Mikrofasertücher bei Amazon ab 11,90 €. Die Preise unterscheiden sich je nach Farbe und Größe. Empfehlung: 5x5 Zoll (ca. 13 cm): <https://amzn.eu/d/0dKeSZ6J>

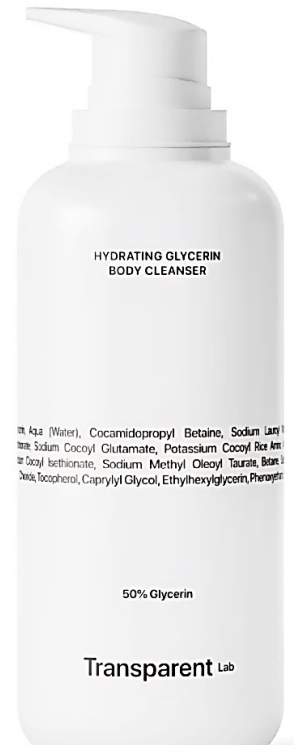
 **Achtung:** Reinigungsbürsten unbedingt vermeiden, da sie die Haut reizen können. Ausnahme: Sehr weiche Silikonbürsten. In der Regel reicht jedoch ein Mikrofasertuch völlig aus.

Milde Reinigungsprodukte

Ebru Kayal
STUDIO



Die Schaum-Variante von Balea hat bei der Bewertung nicht so gut abgeschnitten wie das Gel.



Transparent Lab Glycerin Body- Cleanser ist auch für Gesicht und Kopfhaut super geeignet.



💧 Toner & Serum

Egal, ob Serum oder Toner: Die empfohlenen Toner sind bereits so formuliert, dass sie wie ein Serum verwendet werden können.

Daher nicht mit einem Wattepad auftragen, sondern direkt auf die Haut geben und sanft einmassieren. So spart man an Produkt und stellt sicher, dass ausreichend Pflege auf der Haut bleibt.



Fettige, unreine Haut: Morgens eine leichte Creme auftragen oder ganz weglassen und direkt zum Sonnenschutz übergehen, der die Creme ersetzt. Abends eine leichte Creme oder Zinkemulsion verwenden (siehe vorletzte Seite).

Trockene Haut: Morgens & abends reichhaltige Creme verwenden.

Sehr trockene, gereizte Haut: Statt einer Creme kann auch eine Panthenol-Salbe (z. B. von Bepanthen oder Mibe) auftragen werden.



Sonnenschutz

Ebru Kayal
STUDIO

Sonnenschutz ist immer wichtig, besonders nach einer intensiven Gesichtsbehandlung. Empfohlen wird mindestens LSF 30, besser LSF 50+. Auch bei Regen, Schnee oder im Schatten kann UV-Strahlung die Haut erreichen. Ebenso kann sie durch Fensterglas im Büro oder Auto gelangen. Getönte Sonnenschutzprodukte können zusätzlich verwendet werden, ersetzen aber nicht den erforderlichen UV-Schutz, da häufig nicht ausreichend Produkt aufgetragen wird. Für das Gesicht mindestens eine Fingerlänge Sonnenschutz verwenden.



Aloe-Vera – Der Allrounder

Aloe-Vera-Gel ist gut verträglich und für alle Hauttypen geeignet. Es spendet Feuchtigkeit und wirkt beruhigend. Besonders angenehm ist es bei gereizter oder gestresster Haut und eignet sich auch als After-Sun-Pflege. Für eine leichte Feuchtigkeitsmaske einfach etwas großzügiger auftragen, einige Minuten einwirken lassen und anschließend einmassieren oder Rückstände abnehmen. Beim Kauf auf einen Aloe-Vera-Anteil von über 90 % achten.



Tuchmasken

Masken sind grundsätzlich nicht erforderlich, da ein gutes Serum meistens ausreicht. Für einen zusätzlichen Frischekick oder Wellnessmoment kann dennoch eine beruhigende Tuchmaske verwendet werden. Da nur wenige Tuchmasken aus der Drogerie für die Haut nach einer intensiven Behandlung geeignet sind, folgen hier nur zwei Empfehlungen!



○ Zink-Salben

Zink ist entzündungshemmend, reguliert Talg, fördert die Wundheilung und eignet sich besonders für akneanfällige, fettige oder empfindliche Haut. Es ist ein echter Allrounder, der auch bei kleinen Wunden, Hautreizungen oder Schürfwunden unterstützend wirkt. Zink gibt es in verschiedenen Varianten, die sich in Konsistenz, Schutzwirkung und Hautgefühl unterscheiden:

- Zink-Paste (30 %) bildet einen dichten, fetthaltigen Schutzfilm, der stark schützt, Pickel austrocknet und besonders bei Akne effektiv ist. Sie kann die Haut allerdings austrocknen, daher nur punktuell verwenden.
- **Empfehlung: Zink-Emulsion (25 %)** ist leicht, spendet Feuchtigkeit und eignet sich gut für empfindliche, gereizte und unreine Haut. Die Emulsion kann großflächig auf das ganze Gesicht aufgetragen werden.
- Milde Drogerie-Salbe (10 %) bietet sanften Schutz, ist weniger intensiv, gut für kleine Hautreizungen oder die Alltagspflege geeignet, wirkt aber nur leicht gegen Unreinheiten.



Pickelpflaster & günstige Alternative

Hydrokolloid-Pflaster wirken gegen Pickel, indem sie Flüssigkeit aus dem Pickel aufnehmen und die Heilung der Haut unterstützen. Fertige Pickelpflaster wie z. B. von Balea sind klein, dünn, fast unsichtbar, günstig und speziell für das Gesicht konzipiert. Viele andere Pickel-Patches verschiedener Marken wie z. B. von Garnier werden deutlich teurer verkauft.

Eine weitere kostengünstige Alternative sind größere Schürfwundenpflaster aus Hydrokolloid, zum Beispiel von Mivolis, die in Drogerien wie dm, in Apotheken oder online erhältlich sind. Sie sind stark haftend und ursprünglich für Schürfwunden gedacht. Durch Zuschneiden lassen sie sich punktgenau auf Pickel anpassen und kosten pro Fläche deutlich weniger, bei vergleichbarem Effekt. Für das Gesicht sind sie allerdings etwas dicker und auffälliger, über Nacht aber durchaus geeignet.

Auch bei kleinen Schürfwunden oder leichten Verbrennungen können Hydrokolloid-Wundpflaster sinnvoll sein. Sie schützen die verletzte Haut, halten ein feuchtes Wundmilieu aufrecht und können dadurch eine günstige Wundheilung unterstützen. Eine gute Wundversorgung kann außerdem dazu beitragen, die spätere Narbenbildung möglichst gering zu halten.

