

# CEM POST-TREATMENT CARE MICRONEEDLING

Following the right pre-treatment instructions ensures that your treatment will go smoothly and helps minimize side effects.

## PRE-TREATMENT

- Avoid Accutane in the six months prior to beginning your treatment sessions.
- Do not use topical agents that may increase the sensitivity of your skin such as **retinoids, exfoliants, topical antibiotics or acids 5-7 days** prior to your treatment.
- Do not take anti-inflammatory medications such as ibuprofen, Motrin, or Advil for at least 3 days prior to your microneedling session. These will interfere with the natural inflammatory process that is critical for your skin rejuvenation.
- Avoid IPL/Laser procedures, unprotected sun exposure, or sunburn for at least 2 weeks prior to your procedure.
- No waxing, depilatory creams, or electrolysis on the area being treated for 5-7 days prior.
- Do not shave the day of the procedure to avoid skin irritation. If there's dense hair present on the treatment area, shave the day before you arrive for your appointment.
- If you're prone to cold sores, take an antiviral agent (valtrex) for 2 days prior to the day of the treatment.
- Avoid blood thinning agents for one week prior due to bruising, which is a common side effect of microneedling.

## DAY OF TREATMENT

### WHAT TO EXPECT AT YOUR APPOINTMENT

- Your skin will be cleaned of lotion, oil, makeup, powder, or sunscreen.
- You will be asked to inform your skin care specialist about any relevant changes in your medical history and of all the medications you're taking.
- Your specialist will ask if there are any cosmetic tattoos in the treatment areas.
- 20 minutes prior to your treatment, topical lidocaine cream will be applied on your skin.
- The microneedling treatment is an in-office procedure that typically takes up to 60 minutes to complete.

## POST-TREATMENT INSTRUCTIONS

As with any cosmetic skin treatments, it's important to look after your skin following a microneedling procedure for best results.

## POST-TREATMENT

- Do not take any anti-inflammatory medications for one week after the procedure.
- Do not use ice on your face, and avoid using arnica/bromelain. These may interfere with the natural inflammatory process that's critical for your skin rejuvenation.
- Avoid sun tanning and prolonged exposure to direct sunlight for at least 2 weeks. After 24 hours, always use sunblock (45 SPF or higher) and wear a hat if you're outside.
- Use a painkiller, such as Tylenol, if you experience any soreness.

## THE HEALING PROCESS: WHAT TO EXPECT AFTER A MICRONEEDLING TREATMENT

Microneedling is a quick and non-invasive cosmetic procedure with minimal side effects. However, it's quite normal to experience the following:

### DAY 1-3

A sunburn-like effect is normal. Your skin may feel tight, dry, or sensitive to touch. Treat the skin gently by washing it with a gentle cleanser, cool water, and using only your hands to pat dry no earlier than 4 hours after treatment.

Some redness may also be present and in some cases, clients may experience slight bruising that can last for 5-7 days and temporary swelling for 2-4 days.

Avoid strenuous exercises that cause sweating as well as jacuzzis, saunas, and steam baths for up to 48 hours.

Use only mineral makeup after 24 hours.

Sleep on your back with the head of the bed elevated to minimize swelling or pain as needed.

### DAY 2-7

Peeling may start 3-5 days after the treatment. You'll notice skin dryness and flaking which is due to an increased turnover of skin cells.

DO NOT pick, scratch, or scrub at treated skin!

Important information: You must allow the old skin to flake off naturally and keep it moisturized at all times. Talk to your skin specialist about which products to use.

### DAY 5-7

You may start your regular skin care products again, once your skin no longer feels irritated. Most of our clients have noticed continued skin improvement over the months following their last treatment.

For best results: We recommend follow-up and repeat microneedling treatments every 4-6 weeks, with a series of 3-5 treatments depending on your personalized care treatment plan.

If you have any persistent issues please contact the clinic:

Centre Esthétique Montréal Village  
1651 R. Atateken, Montréal, QC H2L 3L4  
(438) 410-9681 TEXT



## SOINS POST TRAITEMENT MICRONEEDLING

Suivre les bonnes instructions de prétraitement garantit que votre traitement aidera à minimiser les effets secondaires.

### PRÉ-TRAITEMENT

- Évitez Accutane dans les six mois précédant le début de vos séances de traitement.
- N'utilisez pas d'agents topiques susceptibles d'augmenter la sensibilité de votre peau tels que les rétinoïles, les exfoliants, les antibiotiques topiques ou les acides 5 à 7 jours avant votre traitement.
- Ne prenez pas de médicaments anti-inflammatoires tels que l'ibuprofène, Motrin ou Advil pendant au moins 3 jours avant votre séance de microneedling. Ceux-ci vont interférer avec le processus inflammatoire naturel qui est essentiel pour le rajeunissement de votre peau.
- Évitez les procédures IPL / Laser, l'exposition au soleil sans protection ou les coups de soleil pendant au moins 2 semaines avant votre procédure.
- Pas d'épilation à la cire, de crèmes dépilatoires ou d'électrolyse sur la zone traitée pendant 5 à 7 jours avant.
- Ne vous rasez pas le jour de l'intervention pour éviter les irritations cutanées. S'il y a des poils denses dans la zone de traitement, rasez-vous la veille de votre arrivée pour votre rendez-vous.
- Si vous êtes sujet à l'herpes, prenez un antiviral (valtrex) pendant 2 jours avant et le jour du traitement.
- Évitez les anticoagulants pendant une semaine avant car les ecchymoses sont un effet secondaire courant du microneedling.

### JOUR DE TRAITEMENT

#### À QUOI S'ATTENDRE LORS DE VOTRE RENDEZ-VOUS

- Votre peau sera nettoyée afin qu'elle soit exempte de crème, d'huile, de maquillage, de poudre ou de crème solaire.
- Il vous sera demandé d'informer votre spécialiste des soins de la peau de tout changement pertinent dans vos antécédents médicaux et de tous les médicaments que vous prenez.
- Votre spécialiste vous demandera s'il y a des tatouages cosmétiques dans les zones de traitement.
- 20 minutes avant votre traitement, de la lidocaïne topique sera appliquée sur votre peau.
- Le traitement microneedling est une procédure en cabinet qui prend généralement jusqu'à 60 minutes.

### INSTRUCTIONS POST-TRAITEMENT

Comme pour tout traitement cosmétique de la peau, il est important de prendre soin de votre peau après une procédure de microneedling pour de meilleurs résultats.

### APRÈS TRAITEMENT

- Ne prenez aucun médicament anti-inflammatoire pendant une semaine après la procédure.
- N'utilisez pas de glace sur votre visage et évitez d'utiliser de l'arnica/de la bromélaïne. Ceux-ci peuvent interférer avec le processus inflammatoire naturel qui est essentiel pour le rajeunissement de votre peau.
- Évitez le bronzage et l'exposition prolongée à la lumière directe du soleil pendant au moins 2 semaines. Après 24 heures, utilisez toujours un écran solaire (45 SPF ou plus) et portez un chapeau si vous êtes à l'extérieur.
- Utilisez un analgésique, comme le Tylenol, si vous ressentez des douleurs.

### LE PROCESSUS DE GUÉRISON : À QUOI S'ATTENDRE APRÈS UN TRAITEMENT DE MICRONEEDLING

Le microneedling est une procédure cosmétique rapide et non invasive avec des effets secondaires minimes. Cependant, il est tout à fait normal de ressentir ce qui suit :

#### JOUR 1-3

Un effet semblable à un coup de soleil est normal. Votre peau peut être tendue, sèche ou sensible au toucher. Traitez la peau en douceur en lavant avec un nettoyant doux, de l'eau froide et en utilisant uniquement vos mains propres pour sécher 4 heures après le traitement. Certaines rougeurs peuvent également être présentes et, dans certains cas, les patients peuvent présenter de légères ecchymoses qui peuvent durer de 5 à 7 jours et un gonflement temporaire pendant 2 à 4 jours.

Évitez les exercices intenses qui provoquent la transpiration ainsi que les jacuzzis, les saunas et les bains de vapeur jusqu'à 48 heures. N'utilisez que du maquillage minéral après 48 heures. Dormez sur le dos avec la tête du lit surélevée pour minimiser l'enflure ou la douleur au besoin.

#### JOUR 2-7

Le peeling peut commencer 3 à 5 jours après le traitement. Vous remarquerez une sécheresse de la peau et une desquamation qui sont dues à un renouvellement accru des cellules de la peau. NE PAS cueillir, gratter ou frotter la peau traitée !  
Information importante : Vous devez laisser la vieille peau s'écailler naturellement et la garder hydratée en tout temps. Discutez avec votre spécialiste de la peau des produits à utiliser.

#### JOUR 5-7

Vous pouvez recommencer vos produits de soins de la peau habituels une fois que votre peau ne semble plus irritée. La plupart de nos patients ont remarqué une amélioration continue de leur peau au cours des mois suivant leur dernier traitement. Pour de meilleurs résultats : Nous recommandons un suivi et des traitements répétés de microneedling toutes les 4 à 6 semaines, avec une série de 3 à 5 traitements en fonction de votre plan de soins personnalisé.

Si vous avez des problèmes persistants, veuillez contacter la clinique.

Centre Esthétique Montréal Village  
1651 R. Atateken, Montréal, QC H2L 3L4  
(438) 410-9681 TEXT