



Pre + Post Filler Instructions

Pre Instructions

By following some simple guidelines before your treatment, it can make all the difference by reducing some possible side effects associated with the injections:

1. Avoid the use of blood thinners such as Aspirin, Ibuprofen, Motrin, Advil, Aleve, or other NSAIDS. Some supplements to avoid are Ginko Biloba, St. John's Wort, Garlic Supplements, Green Tea, Flax Oil, Cod Liver Oil, Vitamins A and E, and essential fatty acids for up to 1 week before injection, if possible, as they may increase your risk of bruising.
2. Do not drink alcoholic beverages 24 hours before (or after) your treatment to avoid extra bruising.
3. You may take Arnica tablets 2-3 days prior to your injection to reduce the risk of bruising
4. Do not apply products that are potentially irritating for 2-3 days before and after treatment (Tretinoin/Retin-A, Glycolic acid, Benzoyl peroxide, Hydroquinone and any new skincare products.)
5. Inform your provider if you have a history of cold sores/fever blisters to receive advice on antiviral therapy prior to treatment. You may also begin taking your antiviral medication prophylactically the day before your appointment.
6. If you workout daily, please workout before your appointment, as it is not advised to workout after your injections for at least 24 hours or more in some cases.
7. You may not be pregnant or nursing.
8. Please inform your provider if you have any additional questions about this prior to the treatment.
9. If you are having any energy based device treatments such as, microcurrenty or radio frequency we recommend you get these treatments done prior to any dermal fillers or else you would have to wait 6wks post any filler injections to perform any of these energy related procedures.

Pre Instrucciones

Si sigue algunas pautas simples antes de su tratamiento, puede marcar la diferencia al reducir algunos posibles efectos secundarios asociados con las inyecciones:

1. Evite el uso de anticoagulantes como aspirina, ibuprofeno, Motrin, Advil, Aleve u otros AINE. Algunos suplementos que se deben evitar son el Ginko Biloba, la hierba de San Juan, los suplementos de ajo, el té verde, el aceite de lino, el aceite de hígado de bacalao, las vitaminas A y E y los ácidos grasos esenciales hasta 1 semana antes de la inyección, si es posible, ya que pueden aumentar su riesgo de hematomas.
2. No tome bebidas alcohólicas 24 horas antes (o después) de su tratamiento para evitar moretones adicionales.
3. Puede tomar tabletas de Arnica 2-3 días antes de su inyección para reducir el riesgo de hematomas.

4. No aplique productos que sean potencialmente irritantes durante 2-3 días antes y después del tratamiento (tretinoína/retina-A, ácido glicólico, peróxido de benzoilo, hidroquinona y cualquier producto nuevo para el cuidado de la piel).
5. Informe a su proveedor si tiene antecedentes de herpes labial/ampollas febriles para recibir asesoramiento sobre la terapia antiviral antes del tratamiento. También puede comenzar a tomar su medicamento antiviral de manera profiláctica el día anterior a su cita.
6. Si hace ejercicio todos los días, haga ejercicio antes de su cita, ya que no se recomienda hacer ejercicio después de las inyecciones durante al menos 24 horas o más en algunos casos.
7. No puede estar embarazada ni amamantando.
8. Informe a su proveedor si tiene alguna pregunta adicional sobre esto antes del tratamiento.
9. Si se somete a tratamientos con dispositivos basados en energía, como microcorriente o radiofrecuencia, le recomendamos que se realice estos tratamientos antes de los rellenos dérmicos o, de lo contrario, tendrá que esperar 6 semanas después de las inyecciones de relleno para realizar cualquiera de estos procedimientos relacionados con la energía.

Post Instructions

- 1.No straining, heavy lifting, vigorous exercise or manual manipulation (massage) for 4 hours following treatment.
- 2.We highly advise NO heat/energy related treatments or devices for the next 6 weeks after any dermal fillers.
- 3.In many cases, multiple syringes are needed for the best outcome, however it is best to wait at least 3 weeks before injecting more filler into the same area(s). If any additional filler is needed, or touch ups, there will be charges. There are no free touch ups for fillers.
- 4.In order to maintain your results, you should return at least every 4-6 months.

It is normal to experience minimal bruising and swelling that is not painful. This will resolve over the next several days to one week.

- 5.If you are experiencing any **pain, excessive swelling, or color changes** to the skin please contact our office immediately as this can be a serious side effect that will require correction.
- 6.Please do **NOT** use any ice after your filler injections, this can cause complications.
- 7.Any follow up appointments needed can be made through the patient portal.

Post Instrucciones

1. No realizar esfuerzos, levantar objetos pesados, hacer ejercicio vigoroso ni manipular manualmente (masajes) durante las 4 horas siguientes al tratamiento.
2. Recomendamos encarecidamente NO utilizar tratamientos ni dispositivos relacionados con el calor o la energía durante las próximas 6 semanas después de cualquier relleno dérmico.
3. En muchos casos, se necesitan varias jeringas para obtener el mejor resultado; sin embargo, es mejor esperar al menos 3 semanas antes de inyectar más relleno en las mismas áreas. Si se necesita algún

relleno adicional o retoques, habrá cargos. No hay retoques gratuitos para rellenos.

4. Para mantener tus resultados, debes regresar al menos cada 4 a 6 meses. Es normal experimentar mínimos hematomas e hinchazón que no es doloroso. Esto se resolverá en los próximos días a una semana.

5. Si siente **dolor, hinchazón excesiva o cambios de color en la piel**, comuníquese con nuestra oficina de inmediato, ya que esto puede ser un efecto secundario grave que requerirá corrección.

6. **NO** use hielo después de las inyecciones de relleno, esto puede causar complicaciones.

7. Cualquier cita de seguimiento necesaria se puede programar a través del portal del paciente.