



Pre + Post PDO Smooth Thread 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 threads procedure:

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 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.

Pre Instrucciones

Al seguir algunas pautas simples antes de su tratamiento, puede marcar la diferencia al reducir algunos posibles efectos secundarios asociados con el procedimiento de hilos:

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 nuevos productos 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.

Post Instructions

By following some simple guidelines post treatment, it can make all the difference by reducing some possible side effects associated with this specific procedure:

1. Gently wash the treated areas on the same day but do not rub or massage the face for 2-3 days.

2. **Things to expect:** A stinging or “pulling” pain or discomfort is normal. Take Tylenol/Advil 500 mg 1-2 tablets every 6 hours as directed as long as these are okay by your primary physician.

3. **Things to avoid:**

-Temperature extremes such as sauna or very cold climate for 10 days.

-Avoid physical exercise/workouts for at least 72hours post procedure.

-Avoid having Radio Frequency (RF) or any heat producing device (laser, IPL, etc.) treatments of the thread treated areas for at least 10 weeks.

-Please make sure you do not have any facials or massages for at least 2wks post thread treatment, as you will not be able to have any manipulation to area post treatment.

4. You may apply arnica gel to bruised areas if present.

5. If you are performing treatment to lateral face, please be sure you do not have any dental appointments scheduled for the next 4wks post treatment. Keep in mind that you will not be able to open your mouth/jaw wide and will need to cut your food into pieces for the next 2wks; apples, hamburgers, sandwiches, etc.

6. Please be sure you have a 2wk follow up scheduled with your provider.

Post Instrucciones

Siguiendo algunas pautas simples después del tratamiento, puede marcar la diferencia al reducir algunos posibles efectos secundarios asociados con este procedimiento específico:

1. Lave suavemente las zonas tratadas el mismo día pero no frote ni masajee el rostro durante 2-3 días.
2. Cosas que se pueden esperar: Un dolor o malestar punzante o "tirante" es normal. Tome Tylenol/Advil 500 mg, 1 o 2 tabletas cada 6 horas según las indicaciones, siempre que su médico de atención primaria lo autorice.

3. Cosas a evitar:

- Temperaturas extremas como sauna o clima muy frío durante 10 días.
- Evitar ejercicio físico/entrenamiento durante al menos 72 horas después del procedimiento.
- Evite tratamientos de radiofrecuencia (RF) o cualquier dispositivo que produzca calor (láser, IPL, etc.) en las áreas tratadas con hilo durante al menos 10 semanas.
- Asegúrese de no realizarse tratamientos faciales ni masajes durante al menos 2 semanas después del tratamiento con hilo, ya que no podrá manipular el área después del tratamiento.

4. Puede aplicar gel de árnica en las zonas magulladas, si las hay.

5. Si está realizando un tratamiento en la cara lateral, asegúrese de no tener ninguna cita con el dentista programada para las próximas 4 semanas posteriores al tratamiento. Tenga en cuenta que no podrá abrir bien la boca o la mandíbula y deberá cortar la comida en trozos durante las próximas 2 semanas; manzanas, hamburguesas, sándwiches, etc.

6. Asegúrese de tener programado un seguimiento de 2 semanas con su proveedor.