

Профессиональный гайд по уходу после татуировки

Содержание

1. [Введение](#)
2. [Первые часы после татуировки](#)
3. [Первая неделя](#)
4. [Первый месяц](#)
5. [Долгосрочный уход](#)
6. [Что избегать](#)
7. [Признаки инфекции](#)
8. [Часто задаваемые вопросы](#)

Введение

Поздравляем с вашей новой татуировкой! Теперь начинается самая важная часть — правильный уход. От того, как вы будете ухаживать за своей работой в первые недели, зависит её окончательный внешний вид, яркость цветов и долговечность.

Этот гайд содержит подробные рекомендации от наших опытных мастеров, которые помогут вам сохранить красоту вашей татуировки на долгие годы.

 **Важно:** Если у вас возникнут какие-либо проблемы или вопросы, не стесняйтесь связаться с нами. Мы всегда готовы помочь!

Первые часы после татуировки

Что происходит в первые часы

После завершения работы ваша кожа будет воспалена, может быть отёк и кровотечение. Это совершенно нормально. Ваша кожа начинает процесс заживления.

Инструкции для первых часов:

Оставьте повязку

Мастер наложит стерильную повязку. Оставьте её минимум на 2-3 часа (в зависимости от рекомендаций мастера).

Снятие повязки

Когда снимаете повязку, делайте это осторожно. Если повязка прилипла, смочите её водой перед снятием.

Первая очистка

Промойте татуировку прохладной водой и мягким мылом без отдушек. Используйте чистое полотенце или бумажное полотенце для сушки.

Нанесение мази

Нанесите тонкий слой рекомендованной мази (обычно это Aquaphor, A&D или специальная мазь для татуировок). Не переусложняйте — тонкий слой лучше, чем толстый.

Повторная повязка

Если необходимо, наложите новую стерильную повязку. Некоторые мастера рекомендуют оставить татуировку открытой на воздухе.



Первая неделя

Дневной уход (дни 1-7)

Очистка

Частота: 2-3 раза в день

Как: Используйте прохладную воду и мягкое мыло без отдушек. Мойте руки перед тем, как касаться татуировки.

Увлажнение

Частота: После каждой очистки

Как: Нанесите тонкий слой мази или крема для заживления. Позвольте коже дышать между применениями.

Одежда

Рекомендация: Носите свободную, чистую одежду, которая не прилипает к татуировке.

Избегайте: Тесной одежды, которая может раздражать кожу.

Сон

Рекомендация: Спите на чистых простынях. Если возможно, избегайте сна на стороне, где находится татуировка.

Что ожидать в первую неделю

- **Отёк:** Может продолжаться 2-3 дня. Это нормально.
- **Кровотечение:** Небольшое кровотечение в первые 24 часа нормально.
- **Боль:** Может быть чувствительность и лёгкая боль. Это пройдёт.
- **Шелушение:** На 3-5 день может начаться лёгкое шелушение. Не трогайте и не царапайте!
- **Зуд:** На 4-7 день может быть зуд. Это признак заживления. Не чешите!

 **Совет:** Если зуд становится невыносимым, слегка похлопайте область вокруг татуировки или приложите холодный компресс.

Первый месяц

Недели 2-4

На второй неделе ваша татуировка начнёт выглядеть лучше. Отёк должен исчезнуть, и вы сможете лучше оценить результат.

Рекомендации для недель 2-4:

Продолжайте делать:

- Очищайте татуировку мягким мылом 1-2 раза в день
- Применяйте увлажняющий крем или мазь
- Носите чистую свободную одежду
- Спите на чистых простынях
- Пейте много воды
- Ешьте здоровую пищу, богатую витаминами

Избегайте:

- Плавания в бассейнах, море или ванне (душ — ОК)
- Прямого солнечного света
- Интенсивных физических упражнений
- Царапания или трения татуировки
- Использования кремов с отдушками

Процесс заживления

На 2-3 неделе вы заметите, что верхний слой кожи начнёт шелушиться. Это совершенно нормально. Под шелушащейся кожей находится новая, здоровая кожа с вашей татуировкой.

Неделя 1

Отёк, кровотечение, боль

Неделя 2

Начало шелушения, зуд

Неделя 3

Активное шелушение, зуд

Неделя 4

Заживление почти завершено

Долгосрочный уход

После первого месяца

После того, как ваша татуировка полностью заживёт (обычно 4-6 недель), внешнее заживление завершено. Однако полное заживление кожи может занять до 3 месяцев.

Уход за зажившей татуировкой



Защита от солнца

Это самое важное! Солнце может выцветить вашу татуировку. Используйте солнцезащитный крем SPF 30+ на татуировке, особенно в первый год.



Увлажнение

Продолжайте увлажнять кожу. Здоровая, увлажнённая кожа сохраняет цвета татуировки ярче.



Качественные средства

Используйте качественные кремы и лосьоны. Избегайте дешёвых средств с агрессивными химикатами.



Физическая активность

Через 2-3 недели после заживления вы можете вернуться к нормальным физическим упражнениям.



Вода

После полного заживления вы можете плавать. Просто помните о солнце и используйте солнцезащитный крем.



Сохранение цвета

Татуировки естественно выцветают со временем. Если вы хотите сохранить яркость, рассмотрите возможность подкраски через несколько лет.

Что избегать

✗ Вода

Первые 2 недели: Избегайте ванн, бассейнов и морской воды. Душ — ОК, но держите татуировку сухой.

✗ Солнце

Первые 4 недели: Избегайте прямого солнечного света. Используйте солнцезащитный крем SPF 30+.

✗ Спорт

Первые 2-3 недели: Избегайте интенсивных упражнений, которые вызывают потоотделение.

✗ Алкоголь

Первые 48 часов: Избегайте алкоголя, так как он разжижает кровь и может вызвать проблемы с заживлением.

✗ Царапание

Всегда: Не чешите и не царапайте татуировку, даже если она зудит. Это может повредить работу.

✗ Тесная одежда

Первые 2 недели: Избегайте тесной одежды, которая может раздражать кожу.

✗ Грязные поверхности

Всегда: Избегайте контакта с грязными поверхностями, которые могут занести инфекцию.

✗ Неправильные кремы

Всегда: Избегайте вазелина, масел и кремов с отдушками. Используйте рекомендованные средства.

Признаки инфекции

Хотя инфекции редки при правильном уходе, важно знать, на что обращать внимание:

● Серьёзные признаки (обратитесь к врачу):

- Сильная боль, которая не проходит после первых дней
- Гной или необычные выделения
- Красные полосы, исходящие от татуировки
- Лихорадка или озноб
- Сильный отёк, который не проходит
- Аллергическая реакция (сыпь, крапивница)

Нормальные признаки заживления:

- Лёгкая боль в первые дни
- Отёк в первые 2-3 дня
- Небольшое кровотечение в первые часы
- Шелушение на 3-7 день
- Зуд на 4-7 день
- Лёгкое покраснение



Если вы подозреваете инфекцию:

Обратитесь к врачу или в ближайшее медицинское учреждение. Не занимайтесь самолечением.

Часто задаваемые вопросы

Q: Когда я смогу принять ванну?

A: Через 2-3 недели, когда верхний слой кожи полностью заживёт. До этого принимайте душ, держа татуировку сухой.

Q: Когда я смогу плавать?

A: Через 4-6 недель, когда татуировка полностью заживёт. Используйте солнцезащитный крем перед плаванием.

Q: Когда я смогу заниматься спортом?

A: Через 2-3 недели вы можете вернуться к лёгким упражнениям. Избегайте интенсивных тренировок в первые 2 недели.

Q: Почему моя татуировка зудит?

A: Зуд — это нормальный признак заживления. Не чешите! Если зуд невыносимый, приложите холодный компресс.

Q: Мою татуировку можно мочить?

A: Нет, в первые 2 недели избегайте замачивания. Душ — ОК, но держите татуировку сухой. Вытирайте мягким полотенцем.

Q: Какой крем лучше всего использовать?

A: Используйте рекомендованные мастером средства. Обычно это Aquaphor, A&D или специальные кремы для татуировок. Избегайте вазелина.

Q: Сколько времени требуется для полного заживления?

A: Внешнее заживление занимает 4-6 недель. Полное заживление кожи может занять до 3 месяцев.

Q: Когда я смогу загорать?

А: Избегайте прямого солнца в первые 4 недели. После этого используйте солнцезащитный крем SPF 30+. Солнце может выцветить вашу татуировку.

Q: Что если я случайно поцарапал татуировку?

А: Не паникуйте. Промойте область мягким мылом и водой, нанесите мазь и продолжайте обычный уход. Если есть кровотечение, приложите давление чистой тканью.

Q: Когда я смогу наносить макияж на область татуировки?

А: Подождите, пока татуировка полностью не заживёт (4-6 недель). Макияж может занести инфекцию.

Спасибо за выбор нашей студии!

Если у вас есть вопросы или проблемы, не стесняйтесь связаться с нами.

