FACE MD

Laser CO_2

Instructions avant et après votre traitement
Before & after your treatment

TABLE DES MATIÈRES / CONTENTS
Gauche : français · Droite : anglais

Avant le traitement / Before treatment	**2**
À quoi s'attendre / What to expect	**4**
Après le traitement / After treatment	**6**
Médication / Medication	**8**
Important / Important	**10**
Routine de soins / Skin care routine	**12**

CLINIQUE FACE MD

The Place for My Face · Montréal, Québec

Préparation au traitement

Bien préparer votre peau améliore vos résultats et réduit les risques.

4 semaines avant

- Évitez toute exposition directe aux rayons UVA-UVB et/ou cabine de bronzage sur la zone traitée pendant au moins 4 semaines avant la procédure. En cas d'exposition, portez en tout temps une protection solaire d'un minimum de 50 FPS (préférence oxyde de zinc).

Deux semaines avant: Crème d'hydroquinone

- Une crème d'hydroquinone vous a été prescrite par la clinique
- Appliquez-la deux fois par jour pendant les 2 semaines précédant la procédure.
- Cessez la crème d'hydroquinone 3 jours avant la procédure afin d'éviter toute irritation de la peau.
- Cessez toutes les lotions auto-bronzantes deux semaines avant le traitement.

Une semaine avant

- Arrêtez tout exfoliant topique et/ou mécanique 7 jours avant le traitement (rétinoïde, AHA-BHA, salicylique, glycolique, micro-billes).
- Évitez les anticoagulants et anti inflammatoires (aspirine, mobic, ibuprofène, naproxène) une semaine avant la procédure si votre état de santé le permet.
- Évitez l'alcool 48 heures avant le traitement afin de réduire les risques de saignements et/ou d'ecchymoses.

Le jour de la procédure

- Évitez tout maquillage, crème hydratante et parfum sur la peau le jour de la procédure.

Preparing for treatment

Good skin preparation improves your results and lowers your risks.

4 weeks before

- Avoid all UVA/UVB exposure (natural sunlight and/or tanning booth) for 4 weeks before the procedure. If exposed, always wear sun protection of at least 50 SPF.

History and medication

- If you have a history of peri-oral herpes simplex, the clinic may recommend prophylactic antiviral treatment. Please follow the instructions provided.
- Your technician may ask you to discontinue any topical medications or skin care products 3 to 5 days before treatment if necessary.

2 weeks before: Hydroquinone cream

- A hydroquinone cream was prescribed to you by the clinic: apply it twice daily for the 2 weeks before the procedure.
- Stop the hydroquinone cream 3 days before the procedure to avoid skin irritation.
- Stop all self-tanning lotions two weeks before treatment.

1 week before

- Stop using any topical and/or mechanical exfoliator 7 days before treatment (retinoid, AHA-BHA, salicylic, glycolic, microbeads).
- Avoid blood thinners or anti-inflammatories (aspirin, ibuprofen, naproxen) for one week before, if your health allows.
- Avoid alcohol 48 hours before treatment to reduce the risk of bleeding and/or bruising.

On the day of the procedure

- Avoid all makeup, moisturiser and perfume on the skin on the day of the procedure.

Après la procédure

Voici les étapes normales de guérison. Chaque peau réagit à son propre rythme.

Les premières heures et jours

- Immédiatement après la procédure, vous aurez un inconfort similaire à un mauvais coup de soleil pendant environ 3 heures.
- La zone traitée présente un érythème (rougeur) qui se poursuit sur quelques jours (7 à 14 jours). Un aspect rosé peut parfois perdurer plusieurs semaines, voire quelques mois (3 à 6), selon le type de traitement.
- Vous pourriez avoir de petits points de saignement et/ou des écoulements jaunâtres (plasma).
- L'enflure s'installe généralement dans les heures suivant la procédure et peut durer quelques jours.
- Votre peau sera chaude et plus tendue que d'habitude.

Desquamation et croûtes

- Dès le deuxième jour, la zone traitée devient plus foncée et brunâtre. La formation de petites croûtes est normale — évitez de toucher et/ou de gratter.
- La zone traitée commence à desquamer autour du quatrième jour. NE PAS exfolier ni chercher à accélérer le processus.
- Appliquez uniquement une gelée de pétrole (type Vaseline) ou le V-stat de Vivier pendant 7 jours, jusqu'à la fin de la desquamation (voir instructions ci-dessous).

Démangeaisons et pigmentation

- Vous pourriez ressentir des démangeaisons. Appliquez alors la crème de cortisone prescrite par la clinique, remise le jour de la procédure. Commencez dès le 3e jour en respectant les indications.
- Une hyperpigmentation temporaire peut se développer et durer quelques semaines, voire quelques mois. Le cas échéant, un produit de prescription vous sera remis (hydroquinone 2 %). Suivez les recommandations d'application.
- Les résultats varient d'une personne à l'autre. Vous constaterez des changements dans les 3 à 6 mois suivant la procédure.

After the procedure

These are the normal stages of healing. Every skin heals at its own pace.

The first hours and days

- Immediately after the procedure, for the first 3 hours you will feel discomfort similar to a bad sunburn.
- The treated area shows erythema (redness) that can last a few days (7 to 14 days). In some cases a pinkish appearance may last several weeks or even months (3 to 6), depending on the treatment.
- You may have small spots of bleeding and/or yellowish (plasma) discharge.
- Swelling usually sets in within hours of the procedure and may last a few days.
- Your skin may feel warm and tighter than usual.

Peeling and crusting

- On the second day the treated area turns darker and browner, and grows darker each day. Peeling of the dark upper layers begins around the fourth day. DO NOT rub hard or try to speed up the process.
- Apply only petroleum jelly (Vaseline-type) or V-stat de Vivier for 7 days until peeling is complete (see post-care below).

Itching and pigmentation

- You may experience itching. Apply the cortisone cream (prescribed by the clinic) starting day 3, following the instructions. This prescription is given on the day of the procedure.
- Temporary hyperpigmentation may develop and last a few weeks or months. If so, a 2% hydroquinone cream will be prescribed by the clinic.
- Results vary from one person to another and can be seen within 3 to 6 months following the procedure.

Soins post-traitement

Suivez cette routine pendant 7 jours pour une guérison optimale et confortable.

Avant tout
LAVEZ SOIGNEUSEMENT VOS MAINS CHAQUE FOIS, AVANT DE MANIPULER LA ZONE TRAITÉE.

Nettoyage (toutes les 4 heures jusqu'à 7-10 jours post traitement)

- Préparez la solution suivante: deux tasses d'eau froide et une cuillère à thé de vinaigre blanc distillé
- Utilisez une débarbouillette propre et/ou des compresses non stérile 4x4 et trempez-les dans la solution. Déposer sur la zone traitée **5 minutes**. Avec les doigts, faites de petits mouvements circulaires pour ne pas irriter la peau.
- Vaporisez ensuite la zone traitée avec deux vaporisations de spray d'acide hypochloreux (type Hale Derma). Cela prévient les infections (très rares) et apaise la peau.

Gelée de pétrole

- Immédiatement après le nettoyage, appliquez une mince couche de gelée de pétrole (type Vaseline)
- La peau doit toujours avoir une mince couche de gelée de pétrole (type Vaseline) et ne doit jamais être sèche.
- Si vous utilisez un pot plutôt qu'un tube, ne mettez PAS vos doigts directement dedans — utilisez une cuillère propre ou un bâtonnet de bois.

Démangeaisons et confort

- En cas de démangeaisons, utilisez la crème de prescription (cortisone) selon les instructions.
- Il est fortement recommandé de ne pas gratter pour éviter toute complication. Vous pouvez prendre un analgésique oral (p. ex. Benadryl).

Maquillage et soleil

- Évitez tout maquillage pendant les 14 jours suivant la procédure.
- ÉVITEZ TOUTE EXPOSITION au soleil pendant 4 semaines. Après votre suivi (7 à 10 jours), appliquez une protection solaire chaque jour (FPS 50 minimum) et évitez l'exposition directe.

Post-care instructions

Follow this routine for 7 days for the most comfortable, optimal healing.

First of all
WASH YOUR HANDS THOROUGHLY, EVERY TIME, BEFORE TOUCHING YOUR FACE.

Cleansing (*every 4 hours for 7–10 days after treatment*)

- Prepare the following solution: two cups of cold water and one teaspoon of distilled white vinegar.
- Use a clean washcloth and/or non-sterile 4x4 gauze pads and soak them in the solution. Apply to the treated area for 5 minutes. Using your fingers, make small circular motions to avoid irritating the skin.
- Then spray the treated area twice with a hypochlorous acid spray (such as Hale Derma). This helps prevent infection (which is very rare) and soothes the skin.

Petroleum jelly

- Immediately after cleansing, apply a thin layer of petroleum jelly (such as Vaseline).
- The skin should always have a thin layer of petroleum jelly (such as Vaseline) and should never be dry.
- If you are using a jar rather than a tube, do not put your fingers directly into it—use a clean spoon or a wooden applicator stick.

Itching and comfort

- If itching occurs, use the prescription cream (cortisone) and follow the application instructions.
- It is strongly recommended not to scratch, to avoid complications. You may take an oral analgesic (e.g. Benadryl).

Makeup and sun

- Avoid all makeup for 14 days following the procedure.
- AVOID sun exposure for at least 4 weeks. After your follow-up (7 to 10 days), wear sunscreen every day (minimum SPF 50) and avoid direct exposure.

Protocole de médication

Prenez les médicaments prescrits par la clinique selon les indications ci-dessous.

Prescription de la clinique
Les médicaments suivants vous ont été prescrits par la clinique. Respectez les doses et la durée indiquées.

Après le traitement

- Antibiotiques : pendant 1 semaine après le traitement.
- Antiviraux : pendant 1 semaine après le traitement.
- Dexaméthasone ou autre stéroïde oral : prendre tel que prescrit.

Rougeurs et démangeaisons

- Désonide 0,05 % : appliquer pendant 48 heures, puis cesser. Recommencer 7 jours après s'il y a des rougeurs ou des démangeaisons (prurit).
- Aerius : un comprimé par jour pour les démangeaisons (prurit), au besoin.

Medication protocol

Take the medications prescribed by the clinic exactly as indicated below.

Clinic prescription

The medications below were prescribed to you by the clinic. Follow the doses and durations indicated.

After treatment

- Antibiotics: for 1 week after treatment.
- Antivirals: for 1 week after treatment.
- Dexamethasone or other oral steroid: take as prescribed.

Redness and itching

- Desonide 0.05%: apply for 48 hours, then stop. Restart 7 days later if there is redness or itching (pruritus).
- Aerius: one tablet daily for itching (pruritus), as needed.

Votre guérison dans le temps

La production de nouveau collagène s'étale sur plusieurs mois. Soyez patient(e).

Les résultats varient d'une personne à l'autre. Plusieurs traitements peuvent être nécessaires, et les résultats optimaux peuvent apparaître jusqu'à 6 mois après la procédure.

Vers la 4e semaine

Vous remarquerez une amélioration de la qualité globale de la peau ainsi que de son éclat.

6 à 8 semaines

Vous traverserez une période de déshydratation où la peau paraît plus sèche et les rides plus prononcées. C'est un passage normal de la guérison au laser CO_2. Maintenez une bonne routine matin et soir (nettoyant, sérum, hydratant, protection solaire, exfoliants) pour aider le renouvellement cellulaire. Adoptez une bonne hygiène de vie et buvez beaucoup d'eau.

Vers le 4e mois

Les résultats se font voir de plus en plus : la peau paraît plus ferme, les rides sont atténuées, le teint est plus clair et la peau d'apparence plus jeune.

Your healing over time

New collagen forms over several months. Please be patient.

Results vary from person to person. Several treatments may be needed, and optimal results can be seen up to 6 months after the procedure.

Around week 4

You will notice an improvement in overall skin quality and radiance.

Weeks 6 to 8

You will go through a period of dehydration where the skin appears drier and wrinkles may seem more pronounced. This is a normal stage of CO_2 laser healing. Keep a good morning and night routine (cleanser, serum, moisturiser, sun protection, exfoliants) to help cell renewal. Live healthily and drink plenty of water.

Around month 4

Results show more and more: the skin appears firmer, wrinkles are less pronounced, the complexion is clearer and the skin looks younger.

Routine après le suivi

À commencer après le rendez-vous de suivi (7 jours ou plus).

Matin et soir

- Nettoyer avec un nettoyant doux.
- Appliquer une crème hydratante / réparatrice.
- Appliquer l'écran solaire (à partir du rendez-vous de suivi).

Le soir

- Après le nettoyage, appliquer un sérum de réparation avec prébiotiques et antioxydants AVANT la crème (à déterminer avec la technicienne au suivi).

À intégrer progressivement

Sérum de vitamine C (p. ex. Vivier) le matin, 21 jours après le traitement.

Crèmes à base de rétinoïdes ou d'ingrédients exfoliants le soir, progressivement 4 à 6 semaines après le traitement CO_2.

Les produits exacts vous seront recommandés en personne après une évaluation personnalisée de votre peau par votre technicienne laser.

Routine after follow-up

To begin after the follow-up appointment (7 days or more).

Morning and evening

- Cleanse with a gentle cleanser.
- Apply a moisturiser / repair cream.
- Apply sunscreen (starting at the follow-up appointment).

Evening

- After cleansing, apply a repair serum with prebiotics and antioxidants BEFORE the cream (to confirm with your technician at follow-up).

Add in progressively

Vitamin C serum (e.g. Vivier) in the morning, 21 days after treatment.

Retinol-based or exfoliating creams in the evening, progressively 4 to 6 weeks after the CO_2 treatment.

Exact products will be recommended to you in person after a personalized skin assessment by your laser technician.

FACE MD

Merci de votre confiance.
Thank you for your trust.

CLINIQUE FACE MD · The Place for My Face · Montréal, Québec