

## Behandlingsrutiner: Lätt acne

### Morgon



- Börja med att tvätta ansiktet med ljummet vatten. (Använd gärna natursvampar)
- Smörj in ansiktet med Moisture Complex Cream

Fukta under dagen efter behov. De första 14 dagarna, minst 5 gånger om dagen.

### Kväll



- Tvätta ansiktet med Complexion Cleanser
- Smörj in ansiktet med Complexion Gel 5% (Se Complexion Gel schemat)
- Skölj noggrant av Complexion Gel med ljummet vatten och natursvampar efter anvisad tid
- Avsluta med att smörja in ansiktet med Moisture Complex Cream

### 14 dagars complexion gel schema



<b>2 timmar - 2 dagar</b>	<u>Mån</u> & <u>Tis</u>
<b>3 timmar - 2 dagar</b>	<u>Ons</u> & <u>Tor</u>
<b>4 timmar - 2 dagar</b>	<u>Fre</u> & <u>Lör + Mask</u>
<b>5 timmar - 2 dagar</b>	<u>Sön</u> & <u>Mån</u>
<b>6 timmar - 2 dagar</b>	<u>Tis</u> & <u>Ons</u>
<b>7 timmar - 2 dagar</b>	<u>Tor</u> & <u>Fre + Mask</u>
<b>8 timmar - 2 dagar</b>	<u>Lör</u> & <u>Sön</u>

OBS! Complexion Gelen får inte användas när du vistas i solen.

Du som kommit upp i 6, 7, 8 timmar kan ju naturligtvis inte sitta uppe hela natten.



Vänd då på schemat och använd Complexion Gelen på morgonen (efter vattentvätt) istället för Moisture Complex Cream. Kom ihåg att tvätta av Complexion Gelen efter det antal timmar du är uppe i. Avsluta alltid med Moisture Complex Cream! På kvällen dessa dagar används enbart Complexion Cleanser och Moisture Complex Cream.

För bästa resultat så ring alltid upp din Acnespecialist när du kommit upp i åtta timmar.

### Schema efter 14 dagar



Complexion Gel används var tredje eller var fjärde natt. De andra nätterna används endast Moisture Complex Cream. I början kan det ibland komma nya finnar, detta för att huden inte riktigt hunnit komma i balans.

### Calming Sulfur Mask



Använd Calming Sulfur Mask minst 20 minuter en gång i veckan. (Lämpligast efter Complexion Cleanser tvätt) Kan även sättas punktvis över natten. Vid mycket Svår acne så används masken 3 - 5 dagar i rad.

### Att tänka på!



- Under vinterhalvåret är det väldigt viktigt att du använder en tjockare fukt (Moisture Night Crème) Då du blir extra torr i huden pga. Kylan.



- Under sommarhalvåret bör du ha solskydd Sunscreen SPF 15 eller 30

### Viktig produkt information

- Complexion Gel 5 % & Complexion Cleanser bleker textilier.
- Complexion Gel 5 % får inte användas i solen.
- Mer information finner du på vår hemsida [www.acnespecialisten.se](http://www.acnespecialisten.se)