



»CAMI«

ESTETYCZNA CHIRURGIA PLASTYCZNA

i LASEROTERAPIA

31-216 Kraków, ul. Konecznego 2/4U
tel. 012 420 60 70, fax 012 420 60 71

www.cami-antiaging.eu
biuro.cami@gmail.com

ZALECENIA POZABIEGOWE

ZALECENIA:

- Ograniczenie spożywania tłuszczu i węglowodanów prostych.
- Spożywanie większej ilości błonnika.
- Wypijanie ok. 2,5 l płynów dziennie (woda mineralna, soki owocowe, herbatki ziołowe).
- Ćwiczenie minimum 2 razy w tygodniu.
- Stosowanie po zabiegu kosmetyków ujędrniających, antycellulitowych i wyszczuplających

Po zakończonej serii zaleca się wykonywanie co miesiąc zabiegu podtrzymującego efekt kuracji. Zapobiega to tworzeniu się złogów tłuszczowych, zastojów wody oraz limfy w organizmie.