

# EFTERVÅRD

## SMP

### Så sköter du din smp

- Bada absolut inte i klorerat vatten de första 7 dagarna och undvik saltvatten i 4 veckor
- Vänta fyra dygn med att tvätta/blöta huvudet. Därefter, använd endast ljummet vatten i tre dagar.
- Efter sju dagar kan du börja tvätta håret normalt igen.
- Undvik att svettas de första sju dagarna
- Undvik solljus i minst 2 veckor
- Raka inte håret på minst 1 vecka.
- Byt örngott varje kväll de tre första dygnet

### Framtida underhåll

- Skydda alltid huvudet mot solljus. Gärna med både keps och SPF 50

