

SERUM HAIM

Bản tra cứu · Tờ 1 · Dùng tại nhà · Hyaluronic acid khoảng 100 kDa · chai 30 ml

Mọi loại da. Nhất là da nghiện corticoid, da mỏng yếu, da sau thủ thuật, da khô, sẹo rỗ, viêm da cơ địa. Dùng được cho trẻ sơ sinh, phụ nữ có thai và cho con bú.

4–8 giọt mỗi lần
cho cả mặt hoặc vùng cần chữa

Sau toner, trước kem
da kín luôn có kem phủ

Ít nhất 2 lần mỗi ngày
bùng phát từ 6 lần

Bảo quản nơi tối
nhiệt độ phòng, không cần tủ lạnh

HAIM làm được — Phần 1, 2

- Dày lại thượng bì teo mỏng do corticoid hoặc do tuổi
- Dùng được mọi giai đoạn da nghiện corticoid, kể cả lúc bùng phát
- Giúp thượng bì phủ lại và viêm tự kết thúc sau lăn kim, laser, peel, nặn mụn
- Làm chất bôi trơn khi lăn kim, đi theo đường kim vào da
- Da dầu thoa tối, sáng hôm sau tiết rất ít dầu

HAIM không làm — Phần 1 · 3.5

- Không thay thuốc kháng viêm khi da viêm cấp
- Không diệt khuẩn: da hở luôn có Keo Bạc
- Không giảm melanin: phòng thâm cần chất ức chế men tạo melanin, Vitamin C Skinovation và Anpo
- Không làm gel siêu âm, không tiêm, không trộn vào PRP

Thoa tại nhà — Phần 1 · 3

Làm sạch → Toner Gen2 → Keo Bạc → HAIM 4–8 giọt → Kem Xanh

Đang bùng phát	từ 6 lần mỗi ngày
Hết bùng phát	ít nhất 2 lần, sáng và tối
Sau thủ thuật, vết xước	ngày 2 lần, sáng và tối
Dị ứng, cháy nắng, côn trùng đốt	ít nhất 2 lần, thêm khi ngứa rát
Viêm da cơ địa, tiết bã	ít nhất 2 lần, thêm khi ngứa

Kem phủ — Phần 1 · 3.2

Da kín, kể cả da dầu, da mụn	luôn có kem hoặc dầu phủ trên HAIM
Vết thương hở	HAIM + Keo Bạc, không kem
Da cảm thấy quá dầu	có thể bỏ kem, dầu da làm thay

Đọc nóng rát qua nhiều lần — Phần 1 · 3.4

Rát nhẹ dần, ngắn dần	da đang quen, dùng tiếp
Rát mạnh hơn, lâu hơn	quá tải, giãn số lần bôi
Nặng dần, ngứa, sẩn, lan rộng	dị ứng, ngừng và kiểm tra

Bộ cơ bản — Phần 5

Da nghiện corticoid, nhạy cảm, tổn thương, mỏng yếu	Gen2, Keo Bạc, HAIM, Kem Xanh (Blue Cream); hết vấn đề thì bỏ Keo Bạc
Đa số loại da	Gen2, Wet5, Kem Xanh
Ưu tiên trị nám, làm trắng	Gen2, AKA, Kem Xanh
Thứ tự, sáng và tối	Gen2 → chất đặc trị → HAIM → Kem Xanh; buổi sáng Anpo sau cùng
Chất đặc trị	chọn theo vấn đề da, rút ra khi hết vấn đề

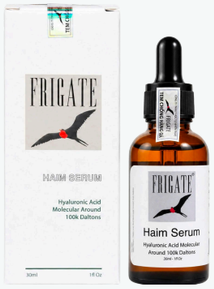
Phối bộ cơ bản với chất khác — Phần 2 · 4.6; Phần 5

Retinoid	Tối: Gen2 → retinoid → HAIM → Kem Xanh; HAIM cùng retinoid làm thượng bì dày hơn. Serum Ret1 có sẵn HA 100 kDa: tối Gen2 → Ret1 → Kem Xanh
Vitamin C	Dùng cùng buổi với bộ cơ bản được, thoa sau Gen2. Dẫn xuất pH gần 7: không cần giãn cách. L-ascorbic acid pH khoảng 3: giãn cách giữa hai bước cho da hồi pH
AHA, BHA	Tối: Gen2 → acid → HAIM → Kem Xanh. Da bong hoặc rát thì giãn lịch acid, giữ nguyên bộ cơ bản
Niacinamide, panthenol, allantoin, peptide đồng	Dùng chung được, cùng bước hoặc cùng sản phẩm

13 vấn đề da — Phần 3, 5 · mục ở Phần 7

Vấn đề	HAIM giúp gì	Cần thêm	Mục
Nếp nhăn, lão hóa	Nên có trong phác đồ làm nền: thượng bì teo mỏng dày lại, trung bì nông được đỡ tự tái tạo; không xóa được nếp	Anpo cộng một retinoid (tretinoin hoặc retinaldehyde); thêm vitamin C, niacinamide khi cần	2.1
Mụn ẩn	Dùng được, vai phụ trợ: cổ nang thay mới đều, bớt dầu, rõ hơn khi đưa sâu; không phải sản phẩm trị chính	Một chất gỡ nút sừng, ưu tiên retinoid (tretinoin do chủ spa kê, adapalene); azelaic acid, salicylic acid thay được	2.2
Mụn viêm	Nên dùng để đỡ phần lành: viêm tự kết thúc, giữ hàng rào, đỡ thâm và sẹo sau mụn	Benzoyl peroxide cộng một retinoid; Keo Bạc đi kèm	2.3
Sẹo rỗ	Nên dùng ngay sau kỹ thuật: giúp nhiều nhất trong 13 vấn đề, đỡ viêm sâu kết thúc và trung bì tự tái tạo	Kỹ thuật tại spa (TCA da sáng, bột Spicule da tối; cắt đáy, meso PRP), Anpo, tretinoin; các chất của phác đồ nếp nhăn	2.4
Đỏ da	Dùng làm nền như bình thường: giữ hàng rào, giúp viêm kết thúc, da bớt nhạy; không trị mạch máu	Anpo cộng một chất dập viêm (ivermectin, metronidazole, azelaic acid); Keo Bạc trị Demodex	2.5
Sắc tố	Dùng làm nền: viêm tự kết thúc, thượng bì đẩy sắc tố ra, màng đáy tự sửa; không phải chất đặc trị	Peel bột Spicule ít nhất 3 lần trong 3 tháng trước, rồi Anpo cộng một chất giảm sắc tố (azelaic acid, niacinamide, hydroquinone theo đợt)	2.6
Lỗ chân lông to	Dùng làm nền: nút sừng cổ nang bong đều, đỡ collagen quanh lỗ	Một retinoid cộng Anpo	2.7
Da khô	Dùng khi cần dựng lại thượng bì, luôn có kem phủ: tạo filaggrin, thay mới thượng bì; đứng riêng làm da khô hơn	Kem dưỡng và Serum Wet5 lo phần giữ nước; thêm urea, rồi ceramide khi da còn khô	2.8
Da dầu	Thoa buổi tối, bỏ kem khi da quá dầu: sáng hôm sau tiết rất ít dầu	Một retinoid, hoặc salicylic acid khi chưa dùng được retinoid; phần nội tiết nằm ngoài tầm HAIM	2.9
Viêm da cơ địa	Nên có trong phác đồ, có kem phủ: dựng lại thượng bì, đỡ hàng rào, giúp viêm tự kết thúc	Meso LR-PRP tại spa; ở nhà Gen2, HAIM, Keo Bạc (lo tụ cầu vàng), Kem Xanh, không thêm chất bôi đặc trị	2.10
Tiến trình viêm	Nên dùng: giúp cơn viêm tự đi hết cung đường, không dập pha đầu	Loại bỏ tác nhân gây viêm còn ở lại, vì HAIM không tự loại được	2.11
Kích ứng	Nên dùng có kem phủ: giữ hàng rào, giúp viêm kết thúc, giúp da thích nghi với retinoid; có thể rát ở da thần kinh nhạy	Giảm lượng và thời gian tiếp xúc chất kích ứng, luôn có kem phủ	2.12
Dị ứng	Dùng được, an toàn: không gây mẫn cảm, đỡ phần dung nạp ở mức nền; không phải chất trị dị ứng	Tìm và loại bỏ dị nguyên gây phản ứng	2.13

Đọc sâu: Phần 1 Giới thiệu chung · Phần 2 Hoạt chất · Phần 3 Sức mạnh tối giản chất · Phần 4 Thuận tự nhiên · Phần 5 Phối hợp tối giản · Phần 6.0–6.23 HAIM tại spa · Phần 7 Bằng chứng · Phần 8 Toàn bộ công thức · Phần 9 Trước và sau thủ thuật



SERUM HAIM

Bản tra cứu · Tờ 2 · Dùng tại spa · Hyaluronic acid khoảng 100 kDa · chai 30 ml

Mọi loại da. Nhất là da nghiện corticoid, da mỏng yếu, da sau thủ thuật, da khô, sẹo rỗ, viêm da cơ địa. Dùng được cho trẻ sơ sinh, phụ nữ có thai và cho con bú.

4–8 giọt mỗi lần
cho cả mặt hoặc vùng cần chữa

Sau toner, trước kem
da kín luôn có kem phủ

Ít nhất 2 lần mỗi ngày
bùng phát từ 6 lần

Bảo quản nơi tối
nhiệt độ phòng, không cần tủ lạnh

Tại spa: HAIM trước, trong và sau từng kỹ thuật

Phần 6.0–6.23

Kỹ thuật (bài)	Trong lúc làm	Ngay sau khi xong
6.1 Lăn kim, vi kim	Keo Bạc → HAIM làm chất bôi trơn, đi theo đường kim	Keo Bạc → Vitamin C Skinovation → HAIM, không kem
6.2 RF vi kim	Keo Bạc → HAIM làm chất bôi trơn	Keo Bạc → Vitamin C Skinovation → HAIM, không kem
6.3 Peel bột Spicule	Trộn bột với HAIM, hoặc Kem Xanh + Keo Bạc + HAIM; da khô thì nhỏ thêm HAIM	Lau bớt bột → mặt nạ Gen2, đèn đỏ → Gen2 → HAIM → Kem Xanh → Anpo
6.4 Nặn mụn	Keo Bạc trong lúc nặn	Keo Bạc → azelaic acid → HAIM, không kem
6.5 Miếng dán vi kim	Không thoa HAIM dưới miếng	Keo Bạc → azelaic acid → HAIM → Kem Xanh
6.6 Peel nông	Không dùng HAIM khi dung dịch peel còn trên da	Keo Bạc → chất phòng thâm → HAIM → Kem Xanh
6.7 Peel TCA, chấm TCA (da sáng)	Không dùng HAIM khi TCA còn trên da	Keo Bạc → Vitamin C Skinovation → HAIM toàn mặt; peel thêm Kem Xanh
6.8 Laser vi điểm bóc tách	Không dùng; da dễ tăng sắc tố tiêm tranexamic acid, sẹo rỗ tiêm meso PRP	Keo Bạc → Vitamin C Skinovation → HAIM, không kem
6.9 Laser không bóc tách	Không dùng	Keo Bạc → Vitamin C Skinovation → HAIM → Kem Xanh
6.11 Laser mạch máu	Không dùng	Keo Bạc → Vitamin C Skinovation → HAIM → Kem Xanh
6.10 Laser sắc tố, xóa xăm	Không dùng; da dễ tăng sắc tố tiêm tranexamic acid	Đốm, xóa xăm: Keo Bạc → Vitamin C Skinovation → HAIM; toning: Vitamin C Skinovation → HAIM → Kem Xanh
6.12 IPL	Giữ gel của máy, không thay bằng HAIM	Keo Bạc → Vitamin C Skinovation → HAIM → Kem Xanh; phồng rộp: không kem
6.13 Plasma lạnh	Chạy trên da sạch, chưa có HAIM	Thoa HAIM ngay, sau cùng Kem Xanh; mụn viêm thêm azelaic acid
6.14 Plasma nóng, 6.15 đốt điện	Không dùng	Keo Bạc → Vitamin C Skinovation → HAIM; vảy để khô, không cạy
6.16 Mài vi điểm, dermaplaning, hydrafacial	Hydrafacial: bước đẩy tinh chất có thể dùng HAIM (suy đoán)	HAIM → Kem Xanh
6.17 Điện di	HAIM ở cực âm	Kem Xanh sau cùng, cả da đầu; da đầu, mụn ẩn thêm azelaic acid
6.18 Siêu âm đẩy tinh chất	Wet5 làm chất dẫn, không dùng HAIM	Lau sạch → HAIM → Kem Xanh
6.19 Phi kim, oxy jet	HAIM làm tinh chất cho máy (suy đoán); chế độ siêu âm: Wet5 làm gel dẫn	Kem Xanh
6.20 LED	Chiếu trên da chưa thoa HAIM	HAIM → Kem Xanh; mụn viêm thêm azelaic acid
6.21 Meso LR-PRP	Không tiêm HAIM, không trộn vào PRP	Keo Bạc → HAIM toàn mặt → Kem Xanh; sẹo rỗ theo kỹ thuật mở da đi kèm
6.22 Cắt đáy sẹo (đáy tròn, đáy vuông)	Keo Bạc → cắt → TCA 25% khóa vết cắt → tiêm PRP	Plasma lạnh nếu có → Keo Bạc → Vitamin C Skinovation → HAIM → Kem Xanh
6.23 Phun xăm mày, môi	Phun môi có tiền sử herpes: Keo Bạc	Keo Bạc → HAIM, ngày 2 lần tới khi mài bong
6.0 Triệt lông, HIFU, máy giảm mỡ, filler, botox	Không cần HAIM	Routine thường; bỏng hiếm gặp thì Keo Bạc → HAIM

Trước và sau mọi kỹ thuật

Phần 6.0 · Phần 9

- 2 tuần trước: da dễ thâm, sắc tố, nám dùng chất ức chế men tạo melanin (Serum AKA, Kem Xanh, Kem Spicule, hydroquinone, azelaic acid)
- 1 ngày trước: ngưng tretinoin, hydroquinone
- Ngày 0: Vitamin C Skinovation; điều trị mụn dùng azelaic acid thay
- Từ ngày 1: Anpo mỗi sáng, kể cả khi da còn hở
- HAIM thoa toàn mặt, ngày 2 lần như bình thường
- Corticoid chỉ khi cần: bôi 1 ngày ngay sau buổi, kèm Keo Bạc; da nghiện corticoid không dùng
- Da còn hở: chất đặc trị của Phần 5 tạm nghỉ
- Da kín, hết đỏ rát: quay lại Phần 5 từ chất ít kích ứng nhất; còn đỏ thì thêm Kem Xanh
- Vảy, mài bong sớm thì không chờ đủ số ngày
- Trị mụn: giữ phác đồ ở nhà suốt liệu trình