



FICHE DE SOINS

Règles génériques à respecter pendant plusieurs mois :

- **Faire les soins** / l'entretien du piercing **avec les mains lavées** (savon ou gel hydroalcoolique) et **y toucher le moins possible** (ne surtout pas faire tourner volontairement son bijou)
 - **Ne jamais enlever** le bijou pour faire les soins
 - **Vérifier régulièrement** le serrage des embouts du piercing (3x/semaine)
 - **S'abstenir de toute baignade** en eau stagnante (mer, piscine, bain...) ou présence en environnement humide (hamman, sauna...) **pendant 4 semaines**
 - **Ne pas générer une pression** sur la zone de piercing **en dormant dessus** (sauf lobe) ou avec des éléments pouvant venir en contact (bonnet, écharpe, casque audio, pantalon...) **même si aucune douleur n'est ressentie** (en dernière alternative, il est possible d'utiliser un coussin de voyage)
- Note pour les piercings aux tétons ou génitaux : il est important de porter des sous-vêtements couvrants (sans dentelle) pour assurer protection et maintien au(x) piercing(s)*
- Changer ses draps toutes les semaines si présence d'un animal dans la chambre
 - **Ne pas appliquer** de maquillage, parfum, auto-bronzant... sur la zone du perçage
 - Venir pour un contrôle visuel de son piercing au bout d'1 mois
 - **Aucun changement de bijou** (hormis le downsize effectué au salon) **avant 3 mois**

En cas de problème : doute quelconque, rougeur, chaleur, irritation, écoulement, formation d'une excroissance, perte d'une bille ou du bijou chirurgical complet, ..., vous pouvez passer au studio (mes horaires sont indiqués sur les réseaux) ou m'envoyer des photos par SMS, whatsapp, instagram ou facebook : 06.30.02.61.56

Mais je ne suis ni pharmacienne, ni médecin. Si j'ai le moindre doute ou si je ne suis pas disponible, consultez au plus vite votre médecin en gardant le bijou en place jusqu'à la consultation car celui-ci sert de drain pour l'écoulement des impuretés.

Un piercing n'est pas un acte vital. Si un avis médical (avec ou sans prescription d'un traitement) vous incite à le retirer, ce sera toujours préférable à une aggravation de la situation

Soins préconisés post perçage corporel :

- Piercing corporel (oreilles, nombril, visage...) => **soins 2x/jr pendant 10 jours complets**

Les soins sont à réaliser avec des cotons-tiges ou des compresses (stériles ou non).

Si nécessaire, vous mobiliserez le bijou de chaque côté de la plaie à chaque étape.

- 1/ **Nettoyage** en frottant délicatement avec du savon pH neutre sans parfum (type SANEX ou CADUM 0%) la plaie pour retirer les impuretés et dépôts mous
- 2/ **Rinçage** en frottant avec du sérum physiologique (il est possible de le mettre au frigo pour un effet plus rafraichissant) de la zone complète
- 3/ **Séchage** par tamponnage de la zone totalement propre

*Au cas par cas (présence d'un animal, d'un enfant en bas âge, environnement poussiéreux...), il pourra être conseillé d'effectuer en 4^{ème} temps une **asepsie** par tamponnage de la zone avec une solution antiseptique (type BETADINE jaune -ouverte depuis moins de 2 mois- ou BISEPTINE).*

A partir du 11^{ème} jour, continuer uniquement l'utilisation du sérum physiologique + séchage de la zone jusqu'à la fin de la cicatrisation mais 1x/jr seulement (plutôt le soir). La fréquence par semaine dépendra de votre cicatrisation et de la présence ou non de peaux mortes, sécrétions ou autre.

Remarques pour des perçages spécifiques :

- pour le tour de bouche (labret, médusa, dhalia...) : **en plus des soins** sur la partie extérieure du piercing, **il faut faire des bains de bouche** (cf soin piercing buccal)
- pour le nostril : même s'il y a aseptie extérieure, **ne pas le faire à l'intérieur du nez**
- pour le dermal : **porter un pansement bien plaqué** (à changer au moment des soins) les 5 premiers jours après le perçage
- pour les piercings génitaux : l'aseptie doit uniquement être faite avec de la BETADINE gynécologique bleue **soit pure en badigeon** via des compresses, **soit diluée par trempage** (1 volume de bétadine pour 9 volumes d'eau tiède) d'environ 15 minutes

- Piercing buccal (langue et tour de bouche) => **soins 3x/jr pendant 10 jrs** (après les repas)

La consommation de tabac, d'alcool, de bonbons, de chewing-gum, d'aliments trop chauds, froids, salés et/ou épicés est à proscrire durant la période des soins.

- 1/ **Nettoyage** des dents avec dentifrice classique
- 2/ **Rinçage** de la bouche à l'eau claire
- 3/ **Aseptie** via une solution buccale désinfectante sans alcool (type PAROEX ou EASYPIERCING, jamais à l'ELUDRIL ou avec des bains de bouche de grandes surfaces)

Remarques pour des perçages spécifiques :

- pour les labrets : le gonflement de la lèvre peut être impressionnant les 5 premiers jours
- pour la langue :
 - Le gonflement sera complet à J+2 ou J+3 (pour le limiter, possibilité de prendre de l'ARNICA 9CH (3 granules 3x/jr) ou du MAXILASE (2 comprimés 2x/jr) jusqu'au dégonflement complet de la langue)
 - Evitez le dessèchement de la langue en buvant très régulièrement de l'eau à température ambiante (soda et autres boissons gazeuses à éviter)
 - Il est possible et normal dans les premiers jours que la langue change temporairement de couleur, d'avoir des douleurs sous la langue, de voir un écoulement de liquide le long du bijou (lymphe), d'avoir des maux de gorge, des difficultés à déglutir, de sentir des petits ganglions dans le cou... **Mais tout cela doit disparaître au fur et à mesure des 10 jours de soin ! Consulter un professionnel de santé si ce n'est pas le cas.**