



## Soins piercings

### Conseils :

Bien se laver les mains avant de toucher le piercing, le bijou et la zone alentour. Gardez à l'esprit qu'un piercing, même cicatrisé depuis longtemps, constitue une brèche dans laquelle les microbes ou impuretés s'engouffrent plus facilement c'est pourquoi une hygiène stricte est fortement recommandée.

**N'utiliser ni cotons tige, ni cotons** pour faire vos soins, des microfibrilles pourraient se mêler au bijou et encombrer les pores.

Ne pas faire bouger ou circuler le bijou, des bactéries se déposent au cours de la journée, en le faisant bouger vous les feriez pénétrer dans la chair.

Éviter les chocs, les pressions et les frottements sur votre piercing, ces derniers peuvent entraîner des blessures et des complications parfois irréversibles (excroissance cicatricielle, rejet...).

Respecter la fréquence et l'utilisation des produits préconisés afin d'éviter des complications.

**Ne pas changer de bijou trop tôt.** Ne pas jouer avec votre piercing, même après cicatrisation. Ne pas échanger vos bijoux avec une tierce personne.

Préférer la douche au bain durant la période d'inflammation. L'absorption de drogue et d'alcool est à proscrire.

**N'utiliser ni cosmétiques (fond de teint...) ni savons contenant des parfums et alcool** irritant pour la peau.

En cas de douleur ou de gonflement persistant, contactez-moi.

Ne pas toucher son piercing avec des mains sales ou le faire toucher par quelqu'un d'autre.

**Privilégiez l'achat de vos bijoux chez un professionnel du piercing.**



## Piercings classiques

**Procédure :** Sans JAMAIS enlever le bijou

### **1. Nettoyer :**

Laver vous les mains à l'eau et au savon. Nettoyer au **savon doux** sur une compresse votre piercing.

### **2. Rincer :**

Rincer soigneusement au **sérum physiologique** sur une compresse en enlevant toutes sécrétion éventuelles, impureté ou croûtes. Essuyez délicatement le piercing avec une compresse.

### **Fréquence :**

Matin et soir  
Pendant 10 jours  
Au 11<sup>o</sup> jour nettoyer  
au sérum physiologique  
jusqu'au 30 jours.



## Contour de lèvre

**Procédure :** Sans JAMAIS enlever le bijou

### **1. Nettoyer :**

Laver vous les mains à l'eau et au savon. Nettoyer au **savon doux** sur une compresse votre piercing

### **2. Rincer :**

Rincer soigneusement au **sérum physiologique** sur une compresse en enlevant toutes sécrétion éventuelles, impureté ou croûtes. Essayez délicatement le piercing avec une compresse.

### **Fréquence :**

Matin et soir  
Pendant 10 jours  
Au 11<sup>o</sup> jour nettoyer  
au sérum physiologique  
jusqu'au 30 jours.

### **3. Bain de bouche :**

Diluer le **bain de bouche** (Eludril), faire un bain de bouche durant 30 secondes puis recracher.

**Fréquence pour bain de bouche:**  
**matin et soir pendant 6 jours**



## Génital

### Produit de soins :

- **Savon doux** (saforelle, savon toilette intime).
- **Savon antiseptiques** : **Hibiscrub**
- **Sérum physiologique.**

### Procédure : Sans JAMAIS enlever le bijou

- **La 1er semaine** : Faire une toilette intime matin et soir à l'hibiscrub, rincez au sérum physiologique.
- **La 2eme semaine** : Faire une toilette intime matin et soir à l'hibiscrub, rincez au sérum physiologique en faisant tourner le bijou légèrement sans forcer.
- **La 3eme semaine** : Faire une toilette intime matin et soir au savon doux et rincez au sérum physiologique.
- .

### Très important :

- Évitez les endroits humide et chaud (piscine, lac, sauna, mer etc...) pendant le premier mois.
- Un antiseptique trop fort ou utilisé pendant trop longtemps, empêchera votre piercing de cicatriser correctement.
- Pas de pratiques sexuelles, pendant 2 à 3 semaines.



## Langue et Smiley

- La langue est un organe exclusivement musculaire, on assiste à une forte réaction inflammatoire qui se calme au bout de 3 à 5 jours suivant les personnes. (Fort gonflement de la langue et légère douleur en parlant et en mangeant)
- 
- Les ganglions lymphatiques placés à gauche et à droite de la mâchoire inférieure s'activent lors de l'inflammation, il se peut qu'ils soient gonflés et sensibles durant les 10 premiers jours
- 
- La langue est un piercing sans douleur ni danger mais qui peut occasionner une gêne à l'élocution durant les premiers jours, ne vous inquiétez pas ces réactions disparaissent en quelques jours.

### Produits de soins :

- 
- Bain de bouche (flacon rose ou ELUDRIL) après brossage des dents et après chaque repas, pendant 10 jours.
- 
- Anti-inflammatoire (arnica 9 ch pour calmer l'inflammation) 5 granules 3 fois par jour et 1h avant chaque repas, pendant 15 jours.
- 
- Pas de menthol avec l'homéopathie !!!
- 
- Ou maxilase (médicament visant à réduire les gonflements de la langue et des ganglions salivaires)
- 
- Avant le RDV prendre une dose d'arnica 9CH.

## **Conseils :**

- 
- Evitez les aliments trop acides, épicés et consistants.
- 
- Préférer les aliments faciles à mastiquer pendant les premières semaines.
- (Purées, pâtes, soupes, aliments hachés)
- 
- Surtout manger !
- 
- Les glaces et glaçons réduiront grâce au froid l'intensité de l'inflammation.
- 
- Eviter les boissons chaudes et l'alcool, limiter au maximum la cigarette.
- 
- Eviter tout contact oral pendant au minimum 2 semaines.