

## Soins de Percage

### NE PAS OUBLIER

Vérifiez régulièrement vos bijoux pour vous assurer que les extrémités sont bien fixées!  
Veillez à vous laver les mains avant de procéder à la vérification! Le meilleur moment serait pendant le processus de nettoyage!

### RÉDUCTION DES BIJOUX

- Lorsque vous vous faites percer pour la première fois, votre perceur commencera avec un bijou plus long pour tenir compte de l'enflure.
- Le gonflement dure généralement de 4 à 8 semaines après le percage.
- Si vous omettez cette étape, votre piercing risque de cicatriser en angle ou de développer une bosse d'irritation.
- Lorsque l'enflure se résorbe, votre perceur pourra vous poser un nouveau bijou plus court.

### NETTOYER VOTRE PERÇAGE

Avant toute chose, **LAVEZ-VOUS LES MAINS!**

- Savon : pas plus de 2 fois par jour après la période de guérison initiale.

Veillez à ce qu'il n'y ait pas de savon ou de résidus.

- Trempage : trempage salines ou à la camomille 2 à 3 fois par semaine au maximum. Tremper pendant 20 à 30 minutes à la fois. Utiliser une compresse ou un sachet de thé et l'immerger dans l'eau salée/saline.

### SOLUTIONS DE NETTOYAGE

Pour les piercings, utilisez l'une des solutions suivantes ou une combinaison de celles-ci :

- Solution saline stérile emballée sans additifs (vérifier les étiquettes)
- Mélange de sel de mer non iodé (sans iode) ; 1/8 c. à 1/4 c. à thé de sel dans une tasse (8 onces) d'eau tiède distillée ou en bouteille. N'ajoutez pas plus de sel que ce qui est suggéré ! L'eau doit être tiède, pas chaude.
- 1 once d'eau tiède avec 8 à 10 grains de sel de mer.
- Savon liquide antibactérien ou germicide.

## À QUOI S'ATTENDRE

- Au début: saignement, gonflement, sensibilité et ecchymoses.
- Pendant la cicatrisation: décoloration, démangeaisons, sécrétion d'un liquide jaune blanchâtre qui forme une croûte très dure sur le bijou.

- Une fois guéri, le bijou peut sembler ne pas bouger librement dans le piercing, laissez-lui du temps, ne le forcez pas. Si vous ne nettoyez pas votre piercing régulièrement, vous pouvez remarquer une sécrétion normale, mais piquante.

- Les piercings peuvent sembler guéris avant de l'être. Suivez les conseils de cicatrisation que vous a donnés votre perceur. Les piercings guérissent de l'extérieur vers l'intérieur, et même si l'on a l'impression que le tissu autour du piercing est guéri, l'intérieur reste assez fragile. Soyez PATIENT et continuez à nettoyer votre piercing pendant TOUTE la période de cicatrisation.

## QUOI FAIRE

Lavez-vous les mains avant de manipuler votre piercing; ne le touchez pas, sauf pour le nettoyer. Il n'est PAS nécessaire de tourner le bijou pendant la cicatrisation, ni même pendant le nettoyage.

- Restez en bonne santé. Dormez suffisamment et adoptez un régime alimentaire nutritif. Plus vous êtes en bonne santé, plus votre piercing sera en bonne santé. Il est possible de faire de l'exercice pendant la période de cicatrisation, il faut simplement être à l'écoute de son corps.

- Veillez à ce que votre literie soit propre et changée régulièrement. Portez des vêtements propres, confortables et perméables à l'air qui protègent votre piercing au repos et au jeu.  Prenez souvent des douches et veillez à ce que tout votre corps soit propre.

## A EVITER

- Évitez les traumatismes inutiles tels que le frottement des vêtements, les mouvements excessifs de la zone, les jeux avec le bijou et les nettoyages vigoureux. Ces activités peuvent entraîner la formation d'une cicatrice inesthétique et inconfortable (cicatrice chéloïde ou hypertrophique), la migration, le rejet, des temps de guérison prolongés ainsi que d'autres complications.

- Évitez l'utilisation de l'alcool à friction, peroxyde d'hydrogène, betadine, neosporin, bactroban, et toutes autres pommades à base de pétroleum.

- Éviter le nettoyage excessif, car dans certains cas, cela peut être plus dangereux que le sous-nettoyage.

- Essayer de réduire le stress et la consommation de drogue (incluant des quantités excessives de caféine, nicotine et alcool).

- Maintenir votre perçage hors de tout contact oral, irritant et de fluides corporels pendant

la période de guérison.

- Évitez d'immerger le piercing dans des étendues d'eau telles que les lacs, les piscines, les jacuzzis, etc. Si nécessaire, vous pouvez utiliser un bandage imperméable tel que le Tegaderm pour de courtes périodes de temps dans les étendues d'eau.

- Évitez l'utilisation de cosmétiques (lotions, parfums, spray) sur et autour du perçage.

- N'attachez pas de bijoux ou d'accessoires supplémentaires à votre perçage jusqu'à la fin de la période de guérison.

## BIJOUX

-À moins qu'il n'y ait un problème avec la taille, le style ou le matériau du bijou initial, laissez-le en place pendant TOUTE la période de cicatrisation. Seul un pierceur qualifié peut effectuer les changements de bijoux nécessaires pendant la période de cicatrisation.

-Contactez votre pierceur si votre bijou doit être retiré temporairement (par exemple en cas d'intervention médicale ou dentaire). Il existe des bijoux alternatifs sans métaux.

-Laissez vos bijoux en place en permanence. Même les piercings cicatrisés peuvent rétrécir ou se refermer en quelques minutes, après avoir été en place pendant des années! Si vous aimez votre piercing, laissez le bijou en place. Avec des mains propres, vérifiez régulièrement la fermeté de vos perles. (on serre vers la droite, et on ouvre vers le gauche). Serrez vos bijoux avant d'aller vous coucher.

-Assurez-vous d'avoir un bijou extra en cas de perte ou de rupture.

-Si vous souhaitez retirer votre bijou, continuez à le nettoyer jusqu'à ce que les deux trous du perçage soient refermés.

