

## **LES SOINS** **IMPERATIF**

Durée : 1 mois

Fréquence : Matin et soir

**NOS PRODUITS SPECIAL PIERCING** ou **Biseptine** (pharmacie) + **une boîte de coton tige** réservée aux soins.

**Lavez vous toujours les mains avant de commencer les soins**

Votre corps va sécréter un liquide appelé « Lymphes » qui va sécher et former une croûte autour de votre bijou. Pulvérisez du produit sur le piercing, laissez agir quelques instants et enlevez toutes les impuretés à l'aide d'un coton tige. Recommencez cette opération si nécessaire.

La première semaine : Mettre une compresse pliée en 4 sur le piercing après chaque soin. Ne pas changer de bijou avant 3 mois (je sais c'est long ...).

**N'ENLEVEZ PAS LE BIJOU POUR FAIRE VOS SOINS.**

**CONSEIL** : faites votre premier soin allongé(e) ou assis(e) au bord du lit, il se peut que vous ne vous sentiez pas bien en le faisant.

### **MEDICAMENTS** **COMPLEMENTES**

**Pour calmer la douleur :**

Aspirine (Upsa, aspirine du Rhône)  
Paracétamol (Efféalgan, Doliprane)  
Ibuprofène (Nurofen)

fruits

### **NUTRITION** **POUR LES PERSONNES AYANT DES** **PROBLEMES DE CICATRISATION**

Pour les personnes ayant une cicatrisation difficile, une nourriture saine et adaptée peut vous aider à mieux cicatriser :

Contre les infections : vitamines A et C, oligoéléments : cuivre, pour la cicatrisation : zinc

Nourriture conseillée : légumes (cuits à la vapeur ou à l'eau), foie, viande, céréales, œufs, huîtres ainsi que laits et dérivés.

### **HOMEOPATHIE** **COMPLEMENT**

**HOMEOPLASMINE** : Pommade pour aider la cicatrisation, très bien pour hydrater votre peau. Peut être utilisée en début de traitement (à mettre après les soins). Ne pas dépasser 15 jours d'application.

**ARNICA** : Tube granules pour réduire les hématomes.

**ZINC** : Vous pouvez trouver du zinc sous forme d'ampoules en pharmacie. Pas cher et efficace, il suffit de vider le contenu de deux ampoules sous la langue le matin à jeun, de laisser deux minutes et d'avaler.

**POUR TOUS LES PRODUITS PHARMACEUTIQUES, VEUILLEZ DEMANDER CONSEILS A VOTRE PHARMACIEN.**

### **RECOMMANDATIONS**

Pas de piscine ni de bains de mer pendant un mois.

Pendant le temps de cicatrisation, ne prenez que des douches, en prenant garde de ne pas faire couler du shampoing ou du savon sur votre bijou.

Ne touchez pas votre bijou en dehors des soins.

L'alcool ou les drogues rallongent votre temps de cicatrisation.

Veillez à changer tous les jours le vêtement en contact avec votre piercing.

**IMPORTANT** : **En cas de problème n'écoutez pas votre entourage !** Venez nous voir, nous sommes là pour ça.

N'enlevez surtout pas votre bijou et ne mettez pas n'importe quoi dessus (surtout pas d'alcool à 90°).

Le suivi de cicatrisation et les soins que nous apporterons sont gratuits.

N'oubliez pas que c'est VOTRE corps et qu'une infection est douloureuse.

Rappel : votre bijou est en Titane Ti AL 4 V ELI et ne contient pas de Nickel, ne l'enlevez pas pour Radio, Scanner, I.R.M ! Le Titane passe dans les machines.

### **EVOLUTIONS POSSIBLES ET NORMALES**

Rougeurs aux extrémités (peuvent durer 1 mois)

Saignements : les premiers jours, surtout la nuit

Croûtes autour du bijou (15 jours environ)

Il est normal qu'un liquide blanc à jaunâtre sorte du trou de votre piercing.