

# NAZORG INSTRUCTIES PIERCINGS

## DE EERSTE 6 WEKEN

- ◆ Vermijd (bubbel)baden, zwembaden, sauna's en stoombaden.
- ◆ Bij het zonnen en zonnebanken de piercing afdekken.
- ◆ Raak de piercing zo min mogelijk (en alleen met schone gewassen handen) aan i.v.m besmetting/infectie.
- ◆ Let op met een navelpiercing, dat hoge broeken niet knellen en er geen knopen tegen de piercing aan komen. Plak eventueel de knoop aan de binnenkant af, dit i.v.m infectiegevaar.
- ◆ Geen vieze, wollen of pluizige kleding direct op de piercing dragen.
- ◆ Smeer geen zalfjes of olie op de wond
- ◆ Draag geen pleisters over de piercing, behalve kortdurend indien nodig tijdens activiteiten.
- ◆ Bij twijfel of vragen, neem contact op met je piercster.

## ALGEMENE VERZORGING

- ◆ Was van tevoren goed je handen.
- ◆ 2 x daags wassen met een milde ongeparfumeerde zeep, of gebruik een zoutoplossingspray.
- ◆ Tijdens het douchen de piercing als laatste schoonmaken.
- ◆ Laat de piercing eerst weken, daarna wassen met lauw water en zeep. Gebruik zo nodig wattenstaafjes om vuil te verwijderen. Last van korstjes? Deze NIET los krabben maar losweken.
- ◆ Spoel de zeep resten goed weg.
- ◆ Maak de piercing droog met tissues of keuken/wc-papier.
- ◆ Gebruik geen desinfectie middelen zoals alcohol of sterilon. Deze middelen zijn te agressief en bevorderen de genezing niet.

## GEMIDDELDE GENEESTIJD

Oorlel: 4 - 6 weken of langer

Tong: 4 - 8 weken of langer

Kraakbeen: 6 - 9 maanden of langer

surface: 4 - 6 maanden of langer

Neusvleugel: 4 - 6 maanden of langer

Lip: 6 - 8 weken of langer

Septum: 4 - 8 weken of langer

Navel: 6 - 9 maanden of langer

Wenkbrauw: 6 - 8 weken of langer

Tepels: 6 - 9 maanden of langer

Bridge: 4 - 6 maanden of langer

VHC: 4 - 8 weken of langer

## ONTSTOKEN

Haal het sieraad er nooit uit! Hierdoor wordt de ontsteking ingesloten en duurt de genezing langer. Het is belangrijk om eerst na te gaan of de piercing echt ontstoken is, of er misschien iets anders aan de hand is. Soms is het nodig om een sieraad van grotere omvang of ander materiaal in te zetten. Soms is het verstandig om over te stappen op een andere nazorg/middel doe dit alleen op advies van je piercster of huisarts. Bij extreme roodheid, swelling, bloeding, pussen, kleurverandering, uitgroei- of afstotingsverschijnselen van de wond of bij pijn neem contact op met de huisarts.

## **NAZORG IS BELANGRIJK!**

De genezingsstijd verschilt per piercing en per persoon. Je algemene gezondheid en lichamelijke conditie spelen hierbij een rol. Persoonlijke hygiëne is tijdens de genezingsstijd van de piercing noodzakelijk. Een goede nazorg voorkomt irritaties, pijn, ontstekingen en andere complicaties. Daarbij zorgt het voor een sneller genezingsproces!

**Tip:** Tijdens het slapen kun je gebruik maken van een rond reis/nekkussen. Leg het kussen plat neer en zorg dat je oor in het gat komt te liggen. Zo ontlast je je oor en kun je toch lekker slapen.

## **WASSEN EN AFBLIJVEN!**

Bijna alle complicaties komen doordat er té veel aangezetten wordt. Een piercing kan niet aan de huid vastgroeien, wat wel vast gaat zitten zijn korstjes. Is de piercing genezen dan valt het korstje er vanzelf af. Blijf je er aan zitten, bewegen of draaien komt dat korstje steeds weer terug. Wanneer je met ongewassen handen telkens aan de piercing zit gaat dit irriteren, wordt het rood en dik. Blijf er dus vanaf! Het kan zijn dat een sieraad uitgroeit, dit is iets waar je niks aan kan doen. Je lichaam accepteert het sieraad in dit geval niet.

## **NEUS PIERCING**

Let op: Ook nadat je neuspiercing volledig genezen is groeit het gaatje zonder sieraad heel snel weer dicht. Dit gebeurt aan de binnenkant wat je niet ziet. Na enkele minuten vormt zich al een vliesje over het gaatje.

## **VERZORGING VOOR ORALE PIERCINGS**

Gebruik voor de nazorg van piercings in de mond, mondwater op basis van chloorhexidine oplossing of een hiervoor bestemde mondspoeling. Je spoelt je mond elke keer nadat je gegeten, gedronken of gerookt hebt. Zwelling kan je verminderen door op ijsblokjes te zuigen en Ibuprofen te nemen.

## **LIP PIERCING**

De lip kan de eerste week opzwellen, waardoor er eerst een langer staafje gedragen moet worden. Het is belangrijk dat het definitieve sieraad mooi aansluit om schade aan de tanden en tandvlees te voorkomen. Het is normaal dat het plaatje aan de binnenkant zich in het zachte weefsel van de lip nestelt. Let op dat het weefsel niet over het plaatje heen groeit, waardoor het sieraad er niet meer uit kan.

## **TONG PIERCING**

De zwelling is het hoogst na 2 tot 5 dagen. Tijdens deze periode is de tong ongecoördineerd en zal praten en eten lastiger zijn. Na 10 tot 21 dagen zou de zwelling volledig weg moeten zijn. Na 7 en 21 dagen als de zwelling verminderd is wordt de staaf vervangen door een kortere om te voorkomen dat je er op bijt.

## **NAVEL PIERCING**

De eerste week zal je navel er normaal uitzien. Er gaan zich korstjes vormen rond de twee gaatjes, dit is normaal. Na 6 tot 8 weken zou eventuele afscheiding en korstvorming moeten minderen en blijft er alleen een klein beetje roodheid over rond de piercing. Ga door met de verzorging tot de roodheid volledig weg is.

## **PIERCING VERWISSELEN / INKORTEN**

Een piercing verwisselen kan je zelf pas veilig doen als je piercing geheel genezen is! De meeste piercings worden gezet met een sieraad dat ruimte geeft voor zwelling. Laat je sieraad op tijd verwisselen voor een aansluitend sieraad om irritatie en kans op scheefgroeien te voorkomen.

Bij vragen kan je mij een berichtje sturen via whatsapp: 0633644630