**Nazorg  Orale Piercings**

De piercing moet goed verzorgd worden volgens de volgende stappen.

* Je gaat 3 a 4 x per dag spoelen met een dopje Elmex Sensitive (zonder alcohol)
* De dop van de fles is een juiste maatbeker.
* De spoeling altijd onverdund en echt max. 3 x spoel wel altijd 30 sec. tot een minuut ! Ook al ben je een roker, 3-4 x is voldoende
* S ’morgens en s ’avonds je tanden en je piercing poetsen met een tandpasta voor gevoelige tanden of op een zoutbasis PARADONTAX en vanaf het moment van de nieuwe piercing met een schone/nieuwe tandenborstel poetsen.   Is je Elmex Sensitive op, raden we je aan om een extra flesje te halen, wil je een ander product nemen, neem dan contact op.
* Eet wat je kan eten tijdens de genezing periode, ga niet alleen maar aan de vla of pap, dit is niet ten goede van je piercing en je krijgt niet je dagelijkse hoeveelheid vitamines en mineralen binnen.

Voor de piercings die aan de buitenkant ook zorg nodig hebben.

* De eerste 12 uur nadat je de piercing hebt laten zetten de piercing met rust laten, wel alle shampoo en/of douchegel afspoelen onder de douche.
* Ga lekker douchen 2x per dag en zorg dat je lijf en vooral je handen goed schoon zijn, was als laatste je piercing. Nooit met vieze handen aan je piercing zitten.
* Laat korstjes losweken van de piercing (en spoel deze weg met de douchestraal)zeep de omgeving van je piercing daarna met SEBAMED/UNICURA zeep vrije was-emulsie in. Draai het ringetje en/of beweeg je barbell of bananabell zo min mogelijk. Gebruik de zeep rondom je piercing.
* Spoel goed af met de douchekop totdat alle zeep weggespoeld is, zodat ook alle zeep uit de wond gaat.
* Voorzichtig droog deppen met een schoon gaasje, doekje of papieren doekjes die goed obsorberend zijn, handdoeken zijn nadat je jezelf hebt afgedroogd niet meer “schoon” genoeg om je piercing mee af te drogen en er bestaat de kans dat je aan de handoek blijft haken.
* Gebruik liever geen wattenschijfjes,wattenstaafjes,handdoeken deze laten ook verzels achter die in de wond kunnen gaan zitten.
* Twee keer per dag gebruik je na het douchen een fysiologische zoutoplossing van 0,9% NaCI ( 9 gram zout per liter) de easy piercingspray blauw is hier zeer handig voor. Ook kunt je kiezen voor de zoutoplossing van Daro verpakt in losse flacons.
* Niet met de piercing spelen of met vieze handen aan de piercing zitten dit is alleen maar stress voor je piercing.
* Geen pleisters op je piercing, geldt ook voor te strakke kleding.
* Niet zwemmen tijdens genezing periode, vermijd ook sauna’s en stoombaden.
* Niet het sieraad eruit halen of verwisselen tijdens de genezing periode, dit kan littekenweefsel doen optreden, heb je een probleem of wil je een ander sieraad ga naar een piercing studio of je eigen piercer.
* Geen alcohol,sterilon,peroxide,chloorhexidine (of andere soortgelijke producten)
* Geen olie, vet, creme of zalf /oogzalf op je piercing smeren; deze zijn vet en daar blijft alleen maar stof en bacteriën op plakken en houdt de wond ook open, waardoor deze niet kan genezen. Kijk ook uit met make-up, gel, hairspray en parfum.
* Pas op met huisdieren, de haartjes of schilfers die van de vacht komen zorgen voor irritatie. Laat huisdieren dus niet in de buurt van je verse piercing, en niet samen met jou in bed slapen als je piercings nog aan het genezen is, micro organismen en bacteriën gaan overal zitten en kunnen overal komen.
* Slecht eten, slecht slapen, alcohol en drugs; Deze verlengen alleen maar je genezing periode en door drugs kan je piercing worden afgestoten. We raden je ook aan de eerste paar dagen na je piercing geen alcohol te nuttigen.

Wat moet je niet doen ?

* Niet (tong)zoenen of orale sex tijdens de genezing periode. Dit is heel belangrijk

 Vermijd kauwgom, nagels bijten, pen sabbelen of met vieze handen aan de piercing zitten. Door het kauwen van kauwgom blijft je tong ook langer opgezwollen en gevoeliger.

* Vermijd aspirines, deze zijn bloed verdunnend, Ibuprofen kan helpen als de piercing erg overgevoelig is en kan helpen tegen de zwelling.
* Zout en te heet (pittig) voedsel kan prikken
* Niet te veel koffie of melkproducten, deze kunnen een slijmlaag op je tong achterlaten die de piercing verstikt, neem een glas water erachteraan om het weg te spoelen.
* Niet met de piercing spelen dit is alleen maar stress voor je piercing en de zwelling houd langer aan.
* Niet het sieraad eruit halen of verwisselen tijdens de genezing periode, dit kan littekenweefsel doen optreden, heb je een probleem of wil je een ander sieraad ga naar een piercing-studio.
* Geen alcohol,sterilon,peroxide,chloorhexidine (of andere soortgelijke producten) op je piercing doen. Je mag deze producten niet inwendig gebruiken.
* Slecht eten, slecht slapen, alcohol en drug; Verlengen alleen maar je genezing periode en door drugs kan je piercing worden afgestote. Gelieve geen alcohol te nuttigen tijdens de genezing aangezien dit alleen maar de zwelling verergert. Dit effect kan je ook krijgen tijdens gebruik van drugs.

Wat is normaal ?

* Wondvocht is altijd een beetje wit / geel van kleur en een beetje

waterig / slijmerig, verandert dit van textuur of kleur kom dan even langs.

* Ups en downs tijdens de genezing tijd.
* Tandplak aan je piercing.

Wat mag dan wel ? en tips voor je piercing.

* Veel water drinken en/of waterijs nemen. Dit neemt de zwelling af.
* Je mag best zoetige dingen eten / drinken, hou er rekening mee dat je dan wel meer kans op tandplak aan zowel je tanden als je piercing sieraad kan krijgen en het verhoogt de groei van bacteriën in je mond.
* Check je balletjes na het wassen dat ze goed vastzitten.
* Sporten mag, maar luister naar je lichaam en verzorg jezelf ook goed. Zwemmen met een tongpiercing is geen probleem.
* Zweet is een lichaamseigen afvalstof, je piercing zal er niet van gaan ontsteken, maar maak je piercing wel schoon nadat je erg hebt gezweet na het sporten.
* **Zorg altijd dat je schone handen hebt voor je jouw piercing gaat verzorgen, aanraken of iets dergelijks. Heel belangrijk. Neem nooit zomaar advies van andere aan en ga niet zelf dokteren aan je piercing.**

|  |  |
| --- | --- |
|  Madonna |  6 – 10 wk |
|  Medusa |  6 – 10 wk |
|  Labret  |  6 – 10 wk |
|  Lipring  |  6 – 10 wk |
|  Tong   |  2 – 4 wk |
|  Smiley |  2 – 4 wk |
|  Scrumphey |  2 – 4 wk |

Bij enige twijfel of vragen over je piercing !!!!!!!!!!!

 Neem dan contact op of kom langs.

 0624771507

Fb : Piercings by DebbyD

Insta : piercings\_by\_debby

 DebbyD\_Piercings