

- > **Désinfection matin et soir pendant une quinzaine de jours** 1 à 2 fois par jour sur une zone savonnée au préalable, désinfecter avec une solution antiseptique non-alcoolisée.
- > **Ce qu'il faut faire** : protéger le piercing par un pansement pendant 1 mois dans les lieux sales et/ou enfumés ou lors de la pratique d'une activité sportive, et pendant 1 semaine lors des sorties. Dans un environnement propre, laisser le piercing respirer. Le piercing développant la sensibilité du sein, il est déconseillé de jouer avec le premier mois. Si une gêne se fait ressentir avec les vêtements, le protéger avec un coton démaquillant et du sparadrap.
- > **Divers** : Éviter les vêtements serrés, notamment les tee-shirts moulants et les soutiens-gorge.
- > **Temps de cicatrisation** : 3 mois minimum.

Piercing à la lèvre

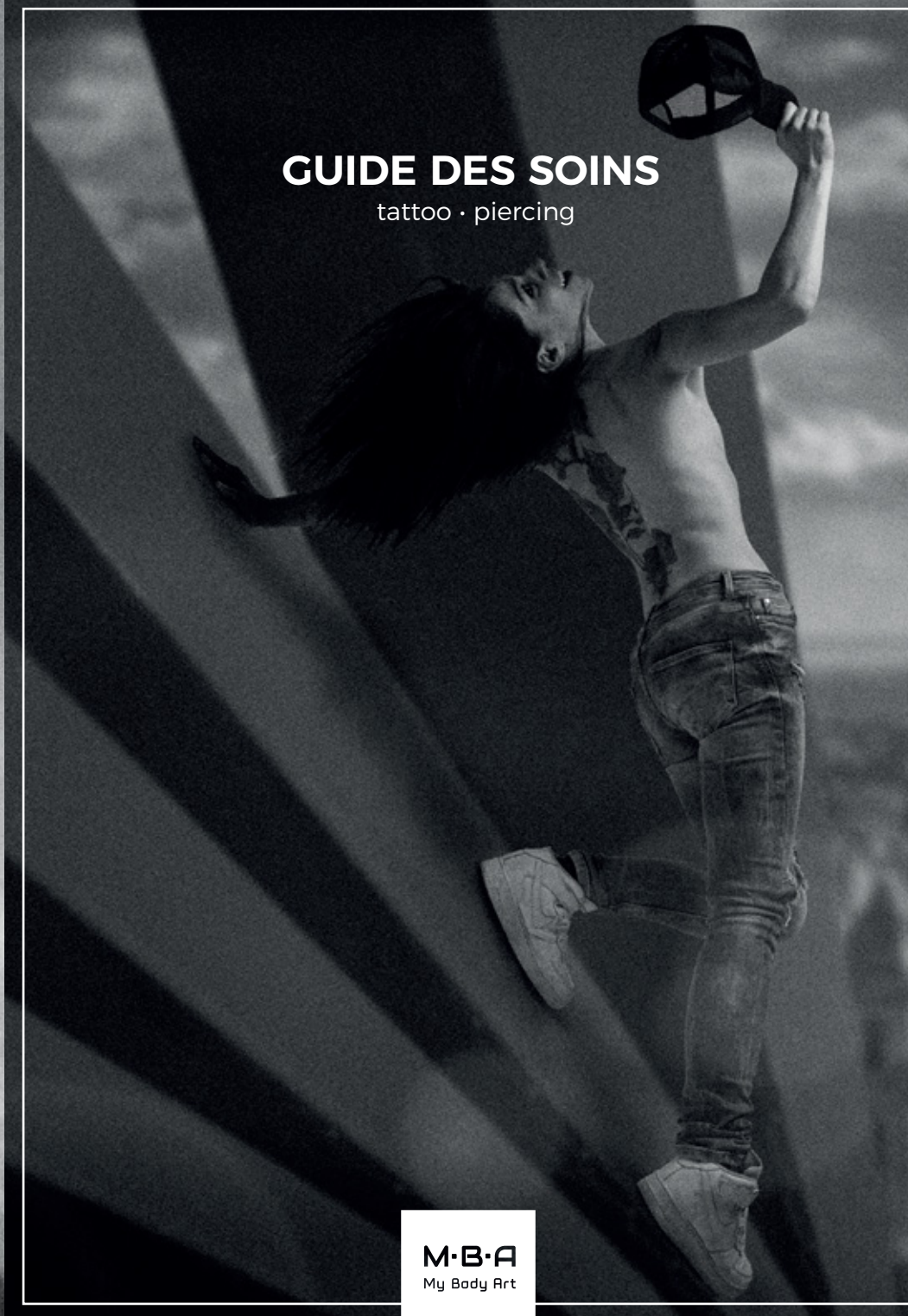
- > **Nettoyage matin et soir** pendant un mois minimum : faire mousser une petite noisette de savon pH neutre, ramener sur la zone percée, rincer abondamment à l'eau chaude, laisser sécher et appliquer du sérum physiologique à raison de 2 fois par jour (matin et soir) pendant un mois sur compresse stérile imbibée. Au bout d'un mois, si le piercing va bien : 1 fois par jour jusqu'à fin de cicatrisation.
- > **Désinfection matin et soir pendant une quinzaine de jours** 1 à 2 fois par jour sur une zone savonnée au préalable, désinfecter avec une solution antiseptique non-alcoolisée.
- > **Pendant 15 jours**, après chaque repas, se laver les dents et faire un bain de bouche dilué.
- > **Ce qu'il faut faire** : un léger gonflement est habituel et bénéfique, il permet au bijou de prendre sa place rapidement. Si un gonflement apparaît après quelques jours, faire des bains de bouche d'eau glacée et prendre un anti-inflammatoire.
- > **Ce qu'il faut éviter** : d'embrasser, de boire de l'alcool, de fumer, de prendre de l'aspirine ou tout autre anticoagulant, les relations bucco-génitales.
- > **Divers** : Éviter les aliments poreux (semoule, biscotte...), acides (coca, bonbons...), ainsi que ce qui est trop épicé ou trop chaud. Ne pas appliquer de glaçon directement sur la zone, mais préférer un bain de bouche à l'eau glacée.
- > **Temps de cicatrisation** : 2 mois minimum.

Piercing génital

- > **Nettoyage matin et soir** pendant un mois minimum : faire mousser une petite noisette de savon pH neutre, ramener sur la zone percée, rincer abondamment à l'eau chaude, laisser sécher et appliquer du sérum physiologique à raison de 2 fois par jour (matin et soir) pendant un mois sur compresse stérile imbibée. Au bout d'un mois, si le piercing va bien : 1 fois par jour jusqu'à fin de cicatrisation.
- > **Désinfection matin et soir pendant une quinzaine de jours** 1 à 2 fois par jour sur une zone savonnée au préalable, désinfecter avec une solution antiseptique non-alcoolisée.
- > **Ce qu'il faut éviter** : les 2 premières semaines, les relations bucco-génitales et les 3 premières semaines les rapports sexuels.
- > **Temps de cicatrisation** : variable, selon le type de piercing génital.

Piercing à la langue, smiley

- > **Nettoyage la 1ère semaine:**
 - Au lever et au coucher, faire un bain de bouche dilué.
 - Après chaque repas, se laver les dents et faire un bain de bouche dilué.
 - Après chaque cigarette, se rincer la bouche avec de l'eau.
- > **Nettoyage la 2ème semaine :**
 - Après chaque repas, se laver les dents et faire un bain de bouche dilué.
- > **Ce qu'il faut faire** : les 3 premiers jours parler le moins possible et consommer des aliments coupés en petits dés ou en purée (flan, soupe, compote, yaourt...). Si un gonflement apparaît après quelques jours, faire des bains de bouche d'eau glacée et prendre un anti-inflammatoire.
- > **Ce qu'il faut éviter** : d'embrasser, de boire de l'alcool, de fumer, de prendre de l'aspirine ou tout autre anticoagulant, les relations bucco-génitales. Un piercing correct de la langue ne comporte aucun risque à condition de ne jamais jouer avec le bijou contre les dents, le métal étant beaucoup plus résistant que l'émail !
- > **Divers** : La bouche peut sembler sèche ou à l'inverse saliver accidentellement : c'est le temps que les billes prennent leur place. Éviter les aliments poreux (semoule, biscotte...), acides (coca, bonbons...), ainsi que ce qui est trop épicé ou trop chaud. Ne pas appliquer de glaçon directement sur la zone, mais préférer un bain de bouche à l'eau glacée.
- > **Temps de cicatrisation** : 1 mois.



GUIDE DES SOINS

tattoo · piercing

M·B·A
My Body Art

CE QU'IL FAUT FAIRE

- > Avoir une bonne hygiène de vie, du sommeil et une alimentation variée.
- > Toujours se laver les mains avant de procéder aux soins.
- > Prendre conseil et faire valider la cicatrisation auprès de MBA avant de changer de bijou.
- > Protéger le tatouage ou la dermopigmentation lors des expositions prolongées au soleil avec une crème solaire type écran total.

CE QU'IL NE FAUT PAS FAIRE

- > Toucher le piercing, le tatouage ou la dermopigmentation sans s'être lavé le mains.
- > Prendre des bains le premier mois (piercing, tatouage ou dermopigmentation)
- > Aller dans des endroits humides et/ou très chauds (piscine, mer, lac, sauna, hammam, etc) le premier mois.
- > Utiliser un antiseptique trop fort et/ou trop longtemps et/ou trop souvent.
- > Faire bouger le bijou ou l'enlever avant que MBA ait pu vérifier la qualité de la cicatrisation.
- > Avoir des vêtements qui frottent sur le tatouage ou le piercing.
- > S'exposer au soleil alors que le tatouage ou la dermopigmentation ont moins d'un mois (altération prématurée des pigments de l'encre).
- > Pour un tatouage ou une dermopigmentation, des démangeaisons et/ou des peaux mortes peuvent apparaître : il ne faut pas les gratter afin de ne pas ralentir la cicatrisation.

BON À SAVOIR

- > Une inflammation se produit toujours après un acte de piercing, tatouage ou dermopigmentation : cela fait partie du processus normal de cicatrisation et disparaît naturellement entre 2 jours et une semaine environ.
- > Les durées de cicatrisation sont indicatives et propres à chacun : elles peuvent être largement supérieures, même en suivant correctement nos conseils !
- > Si malgré un suivi assidu des soins, une inflammation ou une douleur persistait plus d'une semaine, se renseigner directement auprès de MBA.

PRODUITS CONSEILLÉS

- > MBA vend des produits de soins testés et approuvés pour la cicatrisation et l'entretien des piercings, tatouages et dermopigmentations.

Produits	Exemple de marques
Savon doux pH neutre	ITC®, Saforelle®...
Sérum physiologique*	Easy Piercing®...
Antibactérien sans alcool	Easy Piercing®, Derma Spraid®, Bétadine®...
Bain de bouche sans alcool (15 ml de produit pour 15 cl d'eau)	ITC®, Cicaplaie®...
Pansement stérile collé aux 4 côtés	Cosmopore®, Cicaplaie®...
Crème cicatrisante	Easy tattoo®, Hustle Butter®, Cicatryl®...

*Mettez votre sérum physiologique au frigidaire afin d'aider à calmer de façon plus efficace les inflammations.

Tattoo et dermopigmentation

- > **Entre 3 et 10 heures après la séance**, enlever l'éventuel pansement puis commencer les soins. Les effectuer trois à quatre fois par jour, pendant une quinzaine de jours.
- > **Pour le nettoyage**, ne prendre que des douches (pas de bains) et utiliser un savon doux à pH neutre. Tamponner avec une serviette propre (ou un sopalin) et laisser sécher pendant 30 minutes minimum. Appliquer ensuite une pommade cicatrisante en massant doucement pour bien la faire pénétrer (hormis pour l'eyeliner où il ne faut pas en mettre).
- > **Pour les tatouages**, ne pas faire de pansement, porter des vêtements amples, idéalement en coton, laissant respirer la peau. Eviter les jeans, les tee-shirts moulants et tous les frottements, afin de ne pas nuire à la cicatrisation. Garder le tatouage propre en toutes circonstances.
- > **Divers** : une cure de vitamine C et de zinc favorise la cicatrisation.
- > **Temps de cicatrisation** : 1 mois en moyenne.

Piercing à l'oreille, au nez ou à l'arcade

- > **Nettoyage matin et soir** pendant un mois minimum : faire mousser une petite noisette de savon pH neutre, ramener sur la zone percée, rincer abondamment à l'eau chaude, laisser sécher et appliquer du sérum physiologique à raison de 2 fois par jour (matin et soir) pendant un mois sur compresse stérile imbibée. Au bout d'un mois, si le piercing va bien : 1 fois par jour jusqu'à fin de cicatrisation.
- > **Désinfection matin et soir pendant une quinzaine de jours** 1 à 2 fois par jour sur une zone savonnée au préalable, désinfecter avec une solution antiseptique non-alcolisée.
- > **Divers** : le cartilage est sensible - il ne faut pas dormir dessus et ne pas s'accrocher. Si des excroissances apparaissent, nous contacter pour définir ensemble les soins appropriés.
- > **Temps de cicatrisation** : 2 mois minimum et 6 mois minimum pour l'industriel.

Implant microdermal

- > **Nettoyage matin et soir** pendant un mois minimum : faire mousser une petite noisette de savon pH neutre, ramener sur la zone percée. Ne pas chercher à passer les doigts ou un coton-tige derrière la plaque, sous peine de se blesser. Rincer abondamment à l'eau très chaude, laisser sécher et appliquer du sérum physiologique à raison de 2 fois par jour (matin et soir) pendant un mois sur compresse stérile imbibée. Au bout d'un mois, si le piercing va bien : 1 fois par jour jusqu'à fin de cicatrisation.
- > **Désinfection matin et soir les 3 ou 4 premiers jours** 1 à 2 fois par jour sur une zone savonnée au préalable, désinfecter avec une solution antiseptique non-alcolisée.
- > **Ce qu'il faut faire** : pour éviter que le corps ne rejette l'implant, il faut le garder très propre, ne pas l'agresser et ne pas l'accrocher. Faire TRÈS attention aux accrochages la première semaine, vous risquez un rejet immédiat !
- > **Temps de cicatrisation** : 1 mois minimum.

Piercing au nombril, piercing surface

- > **Nettoyage matin et soir** pendant un mois minimum : faire mousser une petite noisette de savon pH neutre, ramener sur la zone percée, rincer abondamment à l'eau chaude, laisser sécher et appliquer du sérum physiologique à raison de 2 fois par jour (matin et soir) pendant un mois sur compresse stérile imbibée. Au bout d'un mois, si le piercing va bien : 1 fois par jour jusqu'à fin de cicatrisation.
- > **Désinfection matin et soir pendant une quinzaine de jours** 1 à 2 fois par jour sur une zone savonnée au préalable, désinfecter avec une solution antiseptique non-alcolisée.
- > **Ce qu'il faut faire** : protéger le piercing par un pansement pendant 1 mois dans les lieux sales et/ou enfumés ou lors de la pratique d'une activité sportive, et pendant 1 semaine lors des sorties. Dans un environnement propre, laisser le piercing respirer. Eviter les sports violents qui solliciteraient trop les abdominaux.
- > **Temps de cicatrisation** : 6 mois minimum.

Piercing au téton

- > **Nettoyage matin et soir** pendant un mois minimum : faire mousser une petite noisette de savon pH neutre, ramener sur la zone percée, rincer abondamment à l'eau chaude, laisser sécher et appliquer du sérum physiologique à raison de 2 fois par jour (matin et soir) pendant un mois sur compresse stérile imbibée. Au bout d'un mois, si le piercing va bien : 1 fois par jour jusqu'à fin de cicatrisation.