



NAZORGINSTRUCTIES VOOR PIERCINGS

De genezingstijd van een piercing verschilt per piercing en per persoon. Algemene gezondheid en lichamelijke conditie spelen hierbij een grote rol. Persoonlijke hygiëne is tijdens de genezingstijd van de piercing absoluut noodzakelijk.

Na het piercen kan de gepiercete plek rood worden en flink opzwellen. Gedurende de genezingstijd moet het priksieraad voortdurend ruimte hebben en niet te strak zitten, indien dit wel het geval is neem dan contact op.

De piercing moet worden beschouwd als een wond en ook zodanig behandeld worden. Voor een zo goed en vlot mogelijke genezing moeten de volgende regels in acht genomen worden:

- 1) Raak de piercing niet aan met de handen, behalve wanneer de handen van tevoren goed zijn gewassen.
- 2) Was de omgeving van de wond tweemaal per dag gedurende de eerste 2 maanden met een milde ongeparfumeerde zeep (zoals **Unicura, Neutral of Sebamed**)
- 3) Dep de omgeving van de wond na het wassen met een schone handdoek of een tissue droog.
- 4) Smeer geen zalf, vaseline of iets dergelijks op de wond.
- 5) Druppel geen wond desinfectiemiddelen zoals Sterilon® of Betadine® op de wond.
- 6) Draag geen pleisters over de piercing, behalve kortdurend indien nodig tijdens sportactiviteiten.
- 7) Draag bij een bodypiercing (bijv. tepel of navelpiercing etc) geen strakke of vuile kleding.
- 8) Vermijd minstens de eerste 2 maanden contact met zwembadwater (chloor-zwembaden, bubbelbaden, natuurlijk zwembadwater), zeewater is geen probleem en mag gedurende de gehele genezingsperiode. Maak tevens geen gebruik van een sauna en zonnebank.
- 9) Verwijder nooit zelf het sieraad. Neem bij extreme roodheid, zwelling, bloeding, pussen, kleurverandering, uitgroei- of afstotingsverschijnselen van de wond of bij pijn altijd contact op met de piercer en in extreme gevallen de huisarts.

Specifieke nazorginstructie voor orale piercings:

- 1) Een tongpiercing (of andere piercing in de mond) verdient extra aandacht na eten, drinken, roken en na elk ander oraal contact. Poets geregeld de tanden en spoel na het eten en roken de mond met door water verdunde alcoholvrije mondspoeling (zoals **Listerine Zero** of **Elmex**).
- 2) Vermijd zoenen of ander soort oraal contact gedurende het genezingsproces.
- 3) Drink geen alcohol tijdens het genezingsproces.

Specifieke nazorginstructies voor genitale piercings:

Piercings in de geslachtsdelen moeten tijdens seksuele gemeenschap beschermd worden met een extra stevig condoom (Bijv. een condoom voor anale seks) of een beflapje. Bij voorkeur geen seksuele gemeenschap tijdens de genezing van een piercing in de geslachtsdelen.

Indicatie van gemiddelde genezingstijden

Oorlel	2 - 3 maanden
Kraakbeen	4 - 12 maanden
Neus	2 - 4 maanden
Lip	2 - 3 maanden
Wenkbrauw	6 - 8 weken
Tong	4 - 6 weken
Navel	4 - 12 maanden
Tepel	6 - 12 maanden
Clithood	4 - 6 weken

Indicatie van gemiddelde eerste wissel

Oorlel	+/- 2 maanden
Kraakbeen	+/- 3 maanden
Neus	+/- 2 maanden
Lip	+/- 3 weken
Wenkbrauw	+/- 6 weken
Tong	+/- 2 weken
Navel	+/- 6 maanden
Tepel	+/- 4 maanden
Clithood	+/- 6 weken