

Soins après un piercing

Ce document détaille les soins post-piercing à respecter afin d'assurer une cicatrisation optimale et de limiter les risques d'infection.

1. Nettoyage quotidien: 1 MOIS minimum

- Se laver soigneusement les mains avant toute manipulation.
- Nettoyer le piercing deux fois par jour à l'aide de sérum physiologique ou d'une solution saline stérile ou bain bouche sans alcool (seulement ¼ premiers jours pour les piercings buccaux)
- Utiliser une compresse stérile et nettoyer délicatement autour du bijou, sans frotter.
- Sécher avec une compresse propre. Éviter les serviettes en tissu.

2. ✗ À éviter absolument

- Toucher , manipuler, tourner le bijou inutilement. On le laisse tranquille
- Dormir sur son piercing
- Utiliser des produits agressifs (alcool, eau oxygénée, bétadine), le maquillage et crèmes diverses sur la zone
- Piscines, jacuzzis, saunas et bains prolongés durant les premières semaines. Manger trop chaud, trop froid, trop épicé pour les piercings dans la bouche
- Retirer ou changer le bijou avant cicatrisation complète.

3. Temps de cicatrisation

- Lobe d'oreille : 6 à 8 semaines
- Cartilage (hélix, tragus, conch, rook, etc.) : 6 à 12 mois
- Nez : 3 à 6 mois
- Nombril : 9 à 12 mois
- Lèvre : 6 à 8 semaines
- Langue : 6 à 8 semaines

Les délais peuvent varier selon la physiologie, l'hygiène et le respect des soins.

4. Signes normaux

- Rougeur légère
- Gonflement modéré
- Sensibilité
- Petite croûte claire autour du bijou

5. Signes d'infection

- Douleur intense ou persistante
- Gonflement important
- Chaleur excessive
- Écoulement jaune/vert avec mauvaise odeur
- Fièvre

En cas de doute, consultez un perceur professionnel ou un médecin.

❖ Conseils utiles

- Portez des vêtements amples si le piercing est sur le corps.
- Changez les draps et taies d'oreiller régulièrement.
- Sois patient(e) : une bonne cicatrisation prend du temps.

Le respect rigoureux de ces soins est indispensable pour éviter les complications, favoriser une cicatrisation saine et préserver la qualité du piercing.

