

SKÖTSELRÅD

Från Federal Bodypiercing

Vad du tvättar med

Använd en eller båda av följande produkter. Tänk på att en för frekvent rengöring försvårar läkningen. Rengör två gånger om dagen

- Koksalt enl. recept till höger alt. färdig koksaltlösning från ett apotek.
- En flytande mild parfymfri tvål t.ex. 'Lactacyd'. Köp vid läkningsproblem en bakteriedödande tvål gjord för piercingar.
- För orala piercingar (läpp/ mun/ kind): En munskölj utan alkohol. t.ex. 'Flux Klorhexidin'

Vad du ska göra

- Tvätta dina händer noga innan du av någon anledning rör din piercing.
- Håll din kropp frisk. Ju bättre livsstil du har desto lättare läker piercingen. Sov ordentligt, ät nyttigt och undvik stress, Du kan träna under läkningen, men lyssna på din kropp.
- Byt sängkläder, handduk och kläder ofta. Allt som vidrör piercingen ska vara fräscht.
- Duscha, undvik badkar, pool och bastu under läkningen.
- Vid ansiktspiercing: sov gärna med huvudet i högläge, det minskar svullnaden.

Grattis till din nya piercing

Om du följer våra råd så ska du se att den kommer läka fint! Vid nedsatt immunförsvar, t.ex om du blir förkyld, läker kroppen långsammare och då även ditt nytagna hål. Läktiden din piercare skrev på lappen är alltså ungefärlig. Trasslar den för dig är du välkommen att höra av dig eller komma förbi och visa upp den!

Hur du rengör

Tvätta alltid dina händer väldigt noga innan du av någon anledning rör din piercing.

Koksalt. Håll varmt koksalt i ett rent glas och håll det över din piercing. För vissa placeringar är det lättare att blöta en ren kompress och hålla mot piercingen. Rengör din piercing med koksalt 10-15 minuter två gånger per dag. Efteråt sköljer du området med vatten för att få bort saltkristallerna eftersom de torkar ut din piercing och försvårar läkningen.

Tvål. Endast en eller två gånger per dag och medan du duschar om piercingen inte är placerad så du enkelt kan skölja den noggrant. Löddra upp tvålen i handen och tvätta försiktigt piercingen. Låt inte tvålen vara på mer än 30 sekunder. Snurra inte på smycket när du rengör.

Skölj. Skölj bort all tvål noggrant.

Torka. Torka försiktigt med en ren pappershandduk. Använd aldrig samma pappershandduk flera gånger. Handdukar i tyg kan fastna i smycket samt vara en grogrund för bakterier.

Hur du gör egen koksaltlösning

Koka upp 1 krm bordssalt (utan jod) och 2,5dl vatten under lock. Låt svalna och håll upp i ren flaska/burk med lock. Gör ny lösning varje dag då den bara håller i ett dygn.

Vad ska du undvika

- Undvik alla **rengöringsprodukter** som är alkoholbaserade, parfymade och/eller starka De skadar din läkande piercing. Undvik även **krämer** eftersom de stoppar luftcirkulationen och ofta innehåller ämnen du inte bör ha i ett sår under en längre period.
- Undvik att **tvätta för ofta** och för länge. Det gör läkningen längre och svårare.
- Undvik **friktion från kläder**, för mycket rörelse i det piercades området, att **leka med smycket** och hårdhänt rengöring. Det gör läkningen svårare och kan bilda en ful och obekvämlig ärrbildning. Det leder även till att smycket migrerar.
- Undvik **stress, droger** (inkluderar stora mängder koffein, nikotin och alkohol)
- Undvik **badkar och pool**. En bit in i läkeprocessen kan du täcka över piercingen med vattentätt plåster som du köper på apoteket. Undvik **bastu** helt.
- Undvik alla kosmetiska produkter som **smink, hårspray och vax** i närheten av piercingen.
- Undvik hängsmycken och **tunga smycken** tills dess piercingen är komplett läkt.
- För orala piercingar (**läpp/ mun/ kind**): Undvik att leka med smycket och undvik kyssar och oralsex under läkningen, även om du är i ett långvarigt förhållande.

Till sist

Vi finns på
[Instagram](#) och [Facebook](#)
som @federalbodypiercing!
Glöm inte att tagga oss! ;)
MVH Jörgen med personal



Vad du kan förvänta dig

I början kan det blöda, svullna, rodna och ömma mycket.

Under läkningen kan det klia, ändra färg, läcka sårvätska (vit/ ljusgul vätska som inte är var). Det kan bli en sårskorpa runt sårmyningen och på smycket. Ibland så blir huden lite tightare runt sårmyningen.

Efter läkningen kan det bli svårt att flytta smycket. Forcera inte. Om du inte rengör din piercing enligt instruktionen kan en illaluktande vätska bildas.

En piercing kan se läkt och fin ut långt innan läkeprocessen är över. Det beror på att den läker utifrån och in. Även om det känns bra så är huden som bildas runt smycket fortfarande väldigt svag. HA TÅLAMOD och fortsätt tvätta din piercing under hela läkeperioden.

Även om du haft din piercing i flera år kan den fortfarande dra ihop sig väldigt snabbt om du tar ur smycket. Det varierar väldigt mycket från person till person. Om du vill behålla din piercing bör du alltid ha ett smycke i. Din pierceare kan ofta hjälpa dig att få i ett smycke om hålet dragit igen sig. Vänta in längre än absolut nödvändigt innan du ber om hjälp.

Tips och tricks

Så länge det inte är något fel på smyckets storlek, form eller material så ska du inte byta innan läkningen är klar. Om du av någon anledning måste byta smycket så ska du vända dig till en kvalificerad pierceare.

Om du behöver byta till ett smycke som inte är i metall (t.ex. inför läkarbesök) så har din pierceare ofta smycken tillgängliga som inte är av metall. Du bör inte gå utan smycke under läkningen eftersom hålet kan växa ihop väldigt snabbt.

Se regelbundet till att smycket är ordentligt fastskruvat. Rengör händerna noga och gånga medurs. Det är bra att köpa en extra kula som du har med dig om den du har ramlar av. Håll din extra kula förvarad så den hålls ren.

Om du inte vill ha kvar din piercing så kan du ta ut smycket eller be din pierceare om hjälp, Fortsätt att rengöra tills dess att det är helt läkt.

Om du tror du har fått en infektion ska du lämna smycket i så att såret kan dräneras. Om det läker igen kan bakterier stanna kvar inne i såret och skapa problem. Ta inte ut din piercing utan att rådfråga din pierceare eller någon från sjukvården.