

## NAZORGINSTRUCTIE VOOR PIERCINGS

De genezingstijd van een piercing verschilt per piercing (zie bijlage 8.2) en kan ook per persoon verschillen. Algemene gezondheid en lichamelijke conditie spelen hierbij een rol. Persoonlijke hygiëne is tijdens de genezingstijd van de piercing absoluut noodzakelijk. Direct na het piercen kan de gepiercete plek rood worden en flink opzwellen. Als je een te klein ringetje of een te kort staafje hebt laten zetten is er een grotere kans op infecties en complicaties. Gedurende de genezingstijd moet het ringetje of staafje voortdurend ruimte hebben en niet te strak of te los zitten. 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 zo min mogelijk aan met de handen.
- 2) Was de omgeving van de wond twee maal per dag met een milde ongeparfumeerde zeep totdat de wond geheel genezen is.
- 3) Dep de omgeving van de wond na het wassen met een schone handdoek of een tissue droog.
- 4) Houd de piercing na het wassen zoveel mogelijk droog.
- 5) Smeer geen zalf, vaseline of iets degelijks op de wond.
- 6) Druppel geen wonddesinfectiemiddelen zoals Sterilon® of Betadine® op de wond.
- 7) Draag geen pleisters over de piercing, behalve kortdurend indien nodig tijdens sportactiviteiten.
- 8) Draag bij een bodypiercing (bijv. tepel of navelpiercing etc) geen strakke of vuile kleding.
- 9) Vermijd tijdens het genezingsproces contact met zwembadwater (chloorzwembaden, bubbelbaden, natuurlijk zwembadwater). Maak tevens geen gebruik van een stoombad.
- 10) 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 huisarts.

### Specifieke nazorginstructie voor orale piercings:

- 11) Een tong- of lippiercing (of andere piercing in de mond) verdient extra aandacht na eten, drinken en roken en na elk ander oraal contact. Poets geregeld de tanden (de mond plaquevrij houden met bijv. een tandpasta op basis van een zoutoplossing) en spoel zo nodig met mondwater op basis van een chloorhexidineoplossing.

**12) Vermijd kussen of ander soort oraal contact gedurende het genezingsproces.**

**Specifieke nazorginstructies voor genitale piercings:**

**13) Geslachtspiercings rond de urinebuis hebben extra zorg nodig. Zeep in de urinebuis kan een blaasontsteking veroorzaken. Door ca. een uur voor het schoonmaken van de piercing een glas water te drinken worden zeepresten na het wassen sneller uitgeplast.**

**14) 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.**