

INTO YOU BODYPIERCING
35 RUE SOMMEILLER ANNECY
04 50 45 95 89

APRES LE PIERCING DE LA LANGUE

Vous aurez besoin de :

Une nouvelle brosse à dent

Un bain de bouche antiseptique (Paroex)

Brossez vous les dents normalement après chaque repas, puis rincez vous avec le bain de bouche MAX 3 FOIS PAR JOUR pendant une semaine.

Utilisez également du **Sérum Physiologique** pour vous rincer la bouche aussi souvent vous le souhaitez, par exemple apres une cigarette.

Si la langue devient blanche, diminuez la fréquence des bains de bouche et préférez le Sérum Physiologique.

Des filaments de lymphne peuvent apparaître au début, enlevez les au coton tige.

La langue va gonfler les 3-5 premiers jours, c'est normal.

-CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE-

Sucez des glaçons à volonté.

IBUPROFENE 200 mg: 6 comprimés maxi par jour pendant 3-5 jours.

et/ou

Homéopathie : Arnica Montana 5 CH .

Dormez avec la tête redressée sur un oreiller, la langue gonflera moins la nuit.

Les repas froids et les liquides sont recommandés. Ayez une alimentation saine (moins de graisse, pas de sodas), prenez du repos.

-CE QUE VOUS NE POUVEZ PAS FAIRE-

Ne mettez pas votre piercing en contact avec des liquides biologiques étrangers (salive, sang, sperme, sécrétions vaginales) pendant 8 semaines.

Ne consommez pas de chewing-gum, moins de tabac, ne vous rongez pas les ongles

Pas d'aspirine et d'alcool (15 jours) , pas trop de café.

Ne mangez pas épicé, salé, acide. Pas de nourriture et liquides trop chauds.

Ne sollicitez pas votre langue au début. **Parlez peu, ne jouez pas avec le bijou.**