



Tlf/fax: 625 21 004

Åpningstider: Tir-Fre 14-19 og Lør 12-16

www.hamartattoo.no

jorn.kristiansen@hamartattoo.no

Gratulerer med ny piercing. For at denne skal gro best mulig, er det viktig at du følger denne renseanvisningen til punkt og prikke.

Først; **IKKE LEK MED PIERCINGEN MENS DEN GROR!**

Rensing - piercinger i tunge:

Rensingen er faktisk ganske enkel.

- Skyll munnen i minimum 30 sekunder med et antiseptisk munnskyllevann (f.eks. Listerine eller Corsodyl) 2 ganger per dag i fire uker. Men ikke overdriv rensingen heller.
- Etter fire til fem uker kan du komme tilbake og bytte til en kortere stang. Dette er selvfølgelig helt kostnadsfritt.

Viktig informasjon og gode råd:

- **Ikke lek med piercingen!!!** Dette skader tennene såvel som piercingen din.
- Tungen vil hovne opp de første dagene. Få tak i isbiter/isvann så tidlig som mulig for å minimere hevelsen.
- Ikke stikk tungen ut av munnen - smykket er ekstra langt og kan hekte seg fast i tennene og ødelegge piercingen.
- Kjøp ny tannbørste - den gamle er full av bakterier.
- Ikke bit negler - mer bakterier under dem enn på en vanlig toalettskål...
- Ingen oral kontakt, dvs. kyssing og utføring av oralsex osv. Pga fremmede bakterier.
- Alkohol - folk gjør dumme ting i fylla.
- Ikke tyggegummi. Mye tygging gir overdrevent bruk av tungen.
- Minst mulig røyking. Nikotin fortynner ut blodet slik at det fraktes færre næringsstoffer til såret. Dermed tar piercingen enda lenger tid på å gro.
- Ikke sterk mat da chili og lignende vil irritere såret ganske mye.
- Skal du drikke noe, prøv å holde deg til rent vann, evt. sukkerfri brus.

Du må også innfinne deg med at matvanene blir midlertidig forandret. Når du vanligvis spiser, brukes tungen til å flytte mat mellom tennene. I og med at tungen vil hovne opp og være øm, vil det være ubehagelig å spise normalt hard mat. Du bør derfor holde deg til myk mat i begynnelsen, som f.eks. suppe, nudler, grøt, potetstappe, babytmat og lignende. At tungen hovner opp, er helt normalt. Man kan også bli øm i musklene i kjeven/halsen

Om infeksjon:

Det er nesten umulig få betennelse/infeksjon i tunga, munnen er naturlig immunologisk i sitt klima dvs. at surhet i spytt/sekret gir en grohemmende effekt på bakterier. Alle piercinger væsker under groperioden. Veldig mange tror at ethvert tegn til væsning fra et sår er ensbetydende med livstruende infeksjoner, men det er altså ikke tilfelle. Lett rød hud rundt såret, lett hovenhet og gulhvitt sårvæske er helt normalt. Dette kalles "betennelse". Begynner derimot sårvæsken å bli illeluktende, og mer gulgrønn eller grå evt. blør, er det derimot en sjanse for at såret er infisert. Oppsøk pierceren din eller lege for å få dette bekreftet eller avkreftet. Får du feber, frostanfall eller lignende bør du oppsøke lege snarest.

For mer informasjon:

Ta kontakt på telefon, kom innom, send en mail eller besøk vår hjemmeside.