

offer studio

Godkänd piercingstudio på Mariefhem, Umeå

Reviderad 2017-10-17

Skötselråd : Piercing i enbart munhålan

(Tunga, smiley, tongue web etc)

Läktid: 3-6 veckor

Eftervårdsprodukter: Endast koksaltlösning, alternativt H2Ocean Mouthwash (60-80 kr)

Allmänna skötselråd under hela läktiden

- Rör inte din piercing under läktiden (om du inte behöver kontrollera att smycket sitter fast, och isåfall med rena händer, gärna med engångshandskar).
- Ha ingen oral kontakt (tungkyssar, oralsex etc), för att undvika främmande bakterier.
- Håll dig frisk. Ät gärna vitamintillskott för att hålla kroppen i trim.
- Undvik alkohol och andra immunförsvarssänkande medel, speciellt i början av läktiden.
Det funkar inte att dricka ren sprit – det renar inte tillfredställande, det sänker immunförsvaret!
- Undvik bastu, offentliga bad och solarium, då dessa är fulla av bakterier.
- Var uppmärksam på hur din piercing mår, svullnaden bör gå ner efter max 7 till 10 dagar.
- Glöm inte att byta smycke! Läksmycket är för långt och kan skada tänder och tandkött. Ofta går det bra att byta efter 3-4 veckor. *(Detta gäller främst tunga.)*
- Byt inte piercingsmycke under läktiden utan att rådfråga din piercere.
- Vid bioplastsmycke och främst tunga: Kom gärna förbi efter en vecka och kapa smycket (50 kr).

I början av läktiden

- Undvik helst rökning och snusning. Om, så tänk noga på hygien – inga fingrar i munnen!
- Ät endast flytande föda (yoghurt, fil, soppa etc) tills det känns bra att äta annat – och väl då: gör det försiktigt så du ej fastnar i piercingen! *(Detta gäller främst tunga.)*
- Var noga med att inte tillföra bakterier. Inget bitande på naglarna, dricka ur andras glas osv.
- För din egen skull bör du undvika stark mat, det kan svida och vara obehagligt.
- Ha gärna krossad is i munnen för att dra ned svullnaden, då det oftast är mycket uppsvullet första dagarna. *(Detta gäller främst tunga.)*
- Sov gärna med huvudet högt för att minska svullnaden, och undvik gärna fysisk aktivitet av samma anledning.

Gör ny saltvattenlösning varje dag

Koka upp 5 dl vatten med 1 tsk salt. Använd gärna salt utan jod (t ex havssalt eller gourmetsalt). Förvara den max ett dygn i slutet kärl, t ex en flaska.

Gör följande efter allt du stoppar i munnen (allt utom vatten/is och tandborste) **inklusive cigaretter/snus första 1-2 veckorna, sedan minska till två gånger per dag resten av läktiden**

1. Ta koksaltlösning i munnen.
2. Skölj minst tio sekunder.
3. Spotta ut.

Alternativt, vid H2Ocean Mouthwash/liknande: Se instruktioner på respektive förpackning. Köp endast rengöringsprodukter från (eller rekommenderad av) piercingstudios.

Lycka till med din nya piercing, största ansvaret ligger hos dig!

Har du frågor? Behöver du hjälp att byta smycke? Vill du köpa smycken billigt?

Skriv till mig på min hemsida <https://www.offerstudio.se> eller ring på 0737 35 83 79!