

## Fiche de Soins Post-Tatouage

Cher(e) Client(e),

Félicitations pour votre nouveau tatouage ou piercing ! Afin de garantir une cicatrisation optimale et éviter toute complication, veuillez suivre attentivement les instructions suivantes.

### **Recommandations Générales:**

Hydratation et Nutrition: Buvez beaucoup d'eau et maintenez une alimentation équilibrée pour favoriser une bonne cicatrisation.

Repos: Assurez-vous de bien vous reposer pour permettre à votre corps de guérir correctement.

#### **1. Nettoyage Initial:**

- Laissez le pansement en place pendant 2 à 4 heures après la séance.
- Lavez-vous les mains avant de toucher votre tatouage.
- Retirez délicatement le pansement et nettoyez le tatouage avec de l'eau tiède et laissez couler le savon pH neutre dessus sans frotter.

#### **2. Application de la Crème:**

- Séchez doucement la zone avec une serviette propre ou une serviette en papier (ne pas frotter mais tamponner)
- Appliquez une fine couche de pommade cicatrisante recommandée par votre tatoueur (comme la Bepanthen, Aquaphor ou une pommade spéciale tatouage).

#### **3. Nettoyage Quotidien:**

- Nettoyez votre tatouage 1 à 2 fois par jour avec de l'eau tiède et un savon pH neutre.
- Continuez d'appliquer une fine couche de pommade cicatrisante après chaque nettoyage.

#### **4. Évitez:**

- Les bains, piscines, spas, et la baignade en mer pendant la période de cicatrisation (environ 2 à 4 semaines).
- Exposer le tatouage au soleil ou aux UV.
- Porter des vêtements serrés qui pourraient frotter contre le tatouage.
- Gratter ou toucher le tatouage avec des mains sales.

#### **5. Hydratation:**

Après 3 à 4 jours, vous pouvez passer de la pommade cicatrisante à une lotion hydratante sans parfum, si la peau commence à se dessécher.

#### **6. Surveillance:**

Surveillez les signes d'infection (rougeur excessive, gonflement, pus, sensation de chaleur) et consultez un professionnel de la santé si nécessaire.