

BIJOUX — MATIÈRES AUTORISÉES ET À ÉVITER

AUTORISÉES

- **Titane implant grade 23**
ASTM F136 - hypoallergénique
- **Or 14k ou 18k massif**
Sans alliage nickel
- **Or blanc 14k ou 18k**
Massif, sans nickel
- **Niobium**
Inerte, hypoallergénique
- **Verre borosilicate**
100% inerte

À ÉVITER

- ~~Acier chirurgical 316L~~
Contient du nickel
- ~~Acier PVD / plaqué or~~
Revêtement qui s'écaille
- ~~Argent~~
S'oxyde dans la plaie
- ~~Plastique / acrylique~~
Poreux, non stérilisable
- ~~Acier fantaisie / bioplast~~
Alliage inconnu



Fiche de soin

NOMBRIL

nombril classique et inversé



Cicatrisation

6 mois - 18 mois

apparente: 6 à 9 mois

complète: 12 à 18 mois

Déplier pour consulter les soins

ÉTAPES DE CICATRISATION

J1-J7: gonflement, sensibilité, rougeur, sérosité = lymph. Bijou long = prévu.

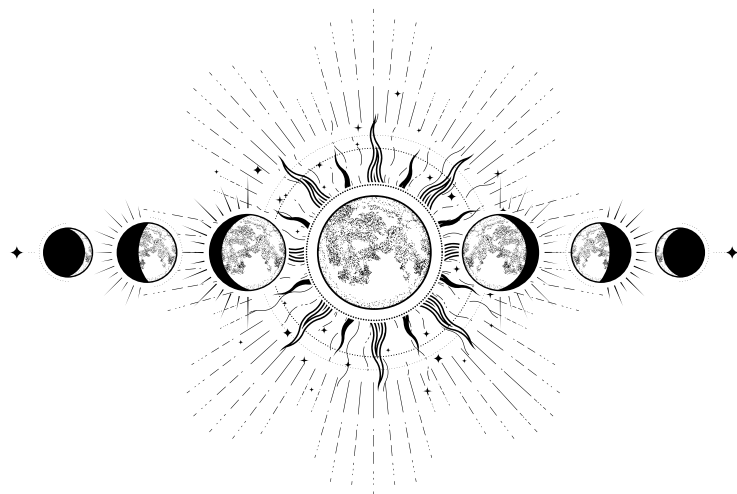
Sem. 2-4: soins stricts. Vêtements amples coton. Pas de jeans taille haute ni ceintures.

Mois 2: downsizing obligatoire. Continuer vêtements adaptés. Me contacter.

Mois 3-6: cicatrisation visible. Canal interne fragile. Maintenir les soins.

Mois 6-9: cicatrisation apparente. Réintroduction progressive de vêtements normaux.

Mois 12-18: cicatrisation complète. Canal pleinement stabilisé.



INFORMATIONS DE CONTACT

Instagram	@makabrart_piercing — réponse garantie du mardi au samedi, 10h – 18h
Tiktok	@makabrart_piercing
Rendez- vous	www.makabrartstudio.com
Bijoux	www.antikorp.com — transmettez moi le lien du bijou souhaité via Instagram

01 CE QU'IL FAUT FAIRE

1. Laver les mains

Avant chaque contact, sans exception.

2. Nettoyage matin ET soir sous la douche

Savon pH neutre (savon intime ou savon bébé). Avec les doigts uniquement — jamais éponge, gant ou fleur de douche. Laisser l'eau tiède couler, mousser autour du bijou, rincer abondamment.

3. Sérum physiologique stérile — 1 à 2x/jour

Unidoses 0,9% NaCl. Compresses non-tissées. Tamponner recto-verso.

4. Vêtements amples en coton naturel

Coton doux, pas de couture agressive, pas de ceinture. Friction constante = cicatrisation impossible.

5. Bien sécher le nombril

Zone enclavée = humidité résiduelle dangereuse. Tamponner soigneusement. Macération = infections.

6. Downsizing obligatoire à 2 mois

Bijou long doit être raccourci. Me contacter sur @makabrart_piercing.

MODE DE VIE & ALIMENTATION

Tabac et alcool ralentissent la cicatrisation. Maintenir une bonne immunité est essentiel (zone en mouvement constant). Vitamine C, zinc, hydratation. Éviter les régimes restrictifs pendant la cicatrisation.

REPRISE DE LA VIE NORMALE

Sport : sport doux après 2–4 semaines. Rincer au sérum après transpiration. Contact : attendre 3 mois.

Plage / piscine : attendre cicatrisation apparente (6–9 mois). Sable = irritant mécanique direct.

Changement de bijou : possible à partir du downsizing (2 mois). Cicatrisation superficielle ≠ complète.

Grossesse : retirer au 3e trimestre ou bijou de grossesse flexible PTFE.

BIJOUX RECOMMANDÉS POUR LE DOWNSIZING

Bijou initial (pose) :

-Banane Titane F136 1.6 mm- tige longue 10-12 mm

-Banane Titane F136 1.6 mm- tige courte 8 mm

Downsizing à 2 mois

Types de bijoux - par placement :

- Banane interne
- Banane externe
- Clicker nombril

Disponibles chez **Antikorp** -www.antikorp.com ou sur mon site www.makabrart.com- Nombriils -

Bananes Titane - catégorie NOMBRILS

Toujours 1.6 mm pour le nombril

Recommandations basées sur les protocoles APP (Association of Professional Piercers) et Ameli.fr

02 À ÉVITER ABSOLUMENT

- Jeans taille haute et ceintures serrées

Pression + friction constantes = irritation chronique. Hauts fluides ou robes pendant toute la cicatrisation.

- Vêtements synthétiques moulants

Transpiration + macération = infection. Coton naturel exclusivement.

- Tourner, coulisser — éponge, gant, fleur de douche

Arrache la croûte. Doigts propres uniquement.

- Désinfectants en routine

_Biseptine, alcool, eau oxygénée = irritants. Uniquement si infection avérée.

- Piscine, mer, sable, sauna, hammam

_Sable = irritant mécanique. Eaux non stériles = risque infectieux.

- Sports de combat, contacts physiques directs

_Traumatisme mécanique sur le bijou.

- Taie sale — animaux — crèmes, huiles

_rx/semaine. Animaux au pied du lit. Aucun produit gras.

REJETS & MIGRATIONS — RECONNAÎTRE LES SIGNES

REJET DE NOMBRIL : FRÉQUENT SI VÊTEMENTS SERRÉS OU SPORT DE CONTACT. PEAU QUI S'AMINCIT ENTRE LES DEUX TROUS, BIJOU VISIBLE EN TRANSPARENCE, ROUGEUR PERSISTANTE. ME CONTACTER DÈS LES PREMIERS SIGNES. INTERVENTION PRÉCOCE = MOINS DE SÉQUELLES.

SIGNES D'INFECTION — QUE FAIRE

Sérosité blanche légère = lymphes = NORMAL

INFECTION : écoulement jaune épais + odeur + douleur + chaleur + rougeur étendue.

→ Me contacter EN PREMIER sur @makabrart_piercing

→ NE JAMAIS retirer le bijou seul = abcès

