

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

ÉTAPES DE CICATRISATION

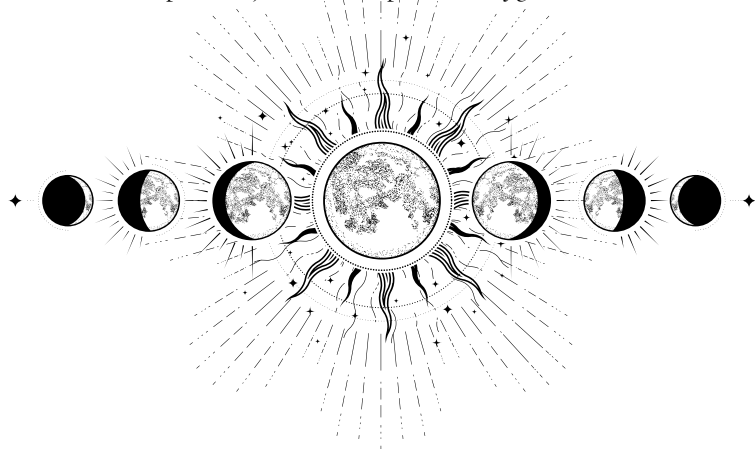
J1-J3 : gonflement très important, salivation accrue, difficultés à parler et manger. Tout à fait normal.

J3-J7 : gonflement qui régresse. Alimentation froide et molle exclusivement. Bains de bouche.

Sem. 2-3 : gonflement quasi disparu. **Downsizing URGENT** : me contacter immédiatement.

Sem. 3-5 : cicatrisation apparente. Bains de bouche à maintenir. Réintroduction progressive.

Sem. 6-8 : cicatrisation complète. Bijou définitif possible. Hygiène buccale maintenue.



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



Fiche de soin

LANGUE

PIERCING DE LANGUE

Cicatrisation

4 – 8 semaines

Apparente : 2 à 4 semaines

Complète : 6 à 8 semaines

Déplier pour consulter les soins

01 CE QU'IL FAUT FAIRE

1. Bain de bouche SANS alcool — après chaque repas

Listerine Zero ou Paroex 0,12%, 30 à 60 sec. après chaque repas et avant de dormir. Langue en milieu buccal constant : le sérum physiologique ne suffit pas ici.

2. Rincer à l'eau froide après chaque repas

Avant le bain de bouche : évacuer les résidus alimentaires. Le froid réduit naturellement le gonflement.

3. Alimentation froide et molle — 5 à 7 jours

Glaces, yaourts, smoothies, compotes, soupes froides. Progresser au rythme de la régression du gonflement.

4. S'hydrater abondamment à l'eau froide

Maintient la bouche propre et réduit l'inflammation.

5. Surveiller le gonflement

Normal les 3–5 premiers jours. Si persistance > 7 jours : me contacter immédiatement.

6. Downsizing URGENT à 2–3 semaines

Dès que le gonflement baisse : me contacter sur @makabrart_piercing sans attendre. Bijou trop long = fissures d'email irréversibles.

MODE DE VIE & ALIMENTATION

Tabac : très fortement déconseillé — ralentit la cicatrisation des muqueuses.

Alcool : irritant direct et immunosuppresseur.

Café et boissons chaudes : irritation de la muqueuse.

Eau froide = meilleure alliée.

Vitamines C et B pour soutenir la régénération de la muqueuse.

REPRISE DE LA VIE NORMALE

Parole : légère gêne les 1ers jours, généralement temporaire. Disparaît après downsizing.

Baisers / contacts buccaux : attendre cicatrisation complète — 6 à 8 semaines minimum.

Tabac / alcool : éviter strictement les 2 premières semaines. Fortement déconseillés toute la cicatrisation.

Bijou long terme : changement possible après downsizing (2–3 semaines). Ne jamais laisser un bijou trop long : dommages dentaires irréversibles.

BIJOUX RECOMMANDÉS POUR LE DOWNSIZING

1.6mm

Gauge (diamètre de la tige) — standard pour cette zone

Titane implant ASTM F136 uniquement

Bijou initial (pose):

-Barbell droit titane F136 1.6mm — tige longue 16–19mm (gonflement)

DOWNSIZING — À 2 MOIS

-Barbell droit titane F136 1.6mm — tige courte 12mm URGENT (risque émail)

Types de bijoux - par placement:

- Barbell droit

Standard langue · 1.6mm · boules vissables · titane F136

- Barbell avec embout décoratif

Disponibles chez Antikorp — catégorie BARBELLS

Downsizing URGENT à 2–3 semaines. Bijou trop long = fissures d'email irréversibles.

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

02 À ÉVITER ABSOLUMENT

- Alcool, tabac, café, épices, aliments acides

Irritants buccaux majeurs. Strictement éviter les 2 premières semaines.

- Bain de bouche avec alcool

Dessèche et irrite la muqueuse. Sans alcool exclusivement.

- Baisers et contacts buccaux

Transmission bactérienne dans une plaie ouverte. Minimum 6–8 semaines.

- Cliquer le bijou contre les dents

Dommages irréversibles sur l'émail et les gencives. Habitude à bannir définitivement.

- Tourner, coulisser, retirer le bijou

Langue en mouvement constant : ne pas aggraver par des manipulations.

- Aliments chauds, solides, épicés — 1ers jours

Irritation directe de la muqueuse en cicatrisation.

- Laisser le bijou trop long après guérison

Dommages irréversibles sur l'émail. Downsizing = priorité absolue.

REJETS & MIGRATIONS — RECONNAÎTRE LES SIGNES

REJETS RARES SUR LANGUE (MUQUEUSE RICHEMENT VASCULARISÉE). DOULEUR PERSISTANTE > 3 SEMAINES, GONFLEMENT CHRONIQUE OU SAIGNEMENTS RÉPÉTÉS = CONSULTATION OBLIGATOIRE. COMPLICATIONS LES PLUS FRÉQUENTES : ABRASION DENTAIRE ET RÉCESSION GINGIVALE LIÉES À UN BIJOU TROP LONG. LE DOWNSIZING EST LA PROTECTION PRINCIPALE.

SIGNES D'INFECTION — QUE FAIRE

Gonflement + écoulement léger = NORMAL les 1ers jours.

INFECTION : écoulement verdâtre épais + odeur forte + douleur persistante + fièvre.

Difficulté à respirer ou avaler = URGENCES MÉDICALES immédiatement.

→ Me contacter EN PREMIER sur @makabrart_piercing

→ NE JAMAIS retirer le bijou seul = abcès lingual

