

SOINS DE VOTRE TATOUAGE :

PRÉPARATION AVANT LA SEANCE.

- **Hydratez-vous.** Buvez au moins un à deux litres d'eau par jour. Lorsque vous êtes hydraté, votre peau l'est aussi et sera en mesure de maintenir une meilleure guérison et résister à des sessions plus longues.
- **Hydratez la zone à tatouer si vous avez la peau sèche** 1x/ jour pendant 1 semaine. Encore une fois, la santé de votre peau est primordiale pour avoir de meilleurs résultats.
- **Rasez, et exfoliez la zone 1 à 3 fois par semaine.** Si vous êtes super-poilu, cela va vraiment, vraiment faire une grande différence. Il est difficile pour le stencil de tenir si vous êtes Chewbacca. Si vous rencontrez le feu du rasoir, arrêtez le rasage une semaine avant votre rendez-vous. L'exfoliation doit être douce et faite avec un gant ou un gommage du corps classique.
- **Passez une bonne nuit de sommeil la nuit précédant votre session.** S'il vous plaît ne faites pas la fiesta la veille. Se faire piquer avec les restes de la veille n'est pas drôle pour vous ni pour moi...
- **MANGEZ avant votre session.** Vous n'imaginez pas combien de personnes j'ai vu faire un malaise juste parce qu'ils étaient trop nerveux pour manger avant. Ceci est une séance d'entraînement massif pour votre corps et il a besoin de carburant pour une longue session. Quand vous avez faim, la gestion de la douleur est beaucoup plus difficile.
- **Apportez boissons, collations et repas.** Vous n'aurez probablement pas assez de temps pendant nos courtes pauses pour aller acheter de la nourriture et revenir le manger, donc apportez avec vous! Un micro-ondes et un réfrigérateur sont à disposition au salon. Vous pouvez également apporter de petites collations que vous pouvez manger d'une seule main sans faire de dégâts au cas où vous avez besoin d'une distraction pendant votre session. Et en aparté, j'essaie de prendre des pauses toutes les 2-3 heures en fonction de la durée de la session.
- Si vous avez un os de cassé ou d'autres blessures majeures avant votre rendez-vous, contactez le studio **48h MAX AVANT LE RDV (sinon je serais dans l'obligation d'encaisser l'acompte qui sera perdu).**

Ce que vous ne devriez pas faire avant une séance de tatouage:

Pas de bronzage, faux bronzage, les peelings chimiques, les coups de soleil, des coupures ou des éraflures majeures sur la zone à tatouer dans le mois précédant votre session. Je ne peux pas travailler sur une peau fraîchement endommagée ... Le tattoo ne cicatrisera pas correctement.

C'EST AUJOURD'HUI:

- **N'amenez pas toute la famille ou votre bande d'amis à moins qu'ils veuillent également se faire tatouer.** Croyez-moi, ils s'ennuient vite. Un accompagnant ça va, mais soyez conscients du fait qu'ils doivent patienter dans la zone d'attente et ne pourront venir voir le tattoo que sur invitation de ma part.
- Pour des raisons de sécurité, **n'amenez pas d'enfants ou de bébés.**
- **Soyez dans une bonne forme physique et détendu.** Ne venez pas sous l'emprise de drogues ou d'alcool.
- **Habillez-vous confortablement et de manière appropriée.** Soyez prêt à avoir froid ou chaud. Évitez de mettre vos vêtements neufs, blancs ou préférés et prévoir une tenue adéquate (débardeur, short ou boxer) pour les zones dénudées.
- Vous êtes également invités à apporter votre propre coussin pour être à l'aise durant votre tatouage.
- Ne **prévoyez rien d'important à la suite de votre rendez-vous**, car on sait quand on arrive mais jamais quand on repart.
- **N'utilisez PAS de produits anesthésiants sur la zone à tatouer et ne soyez pas sous l'influence de drogue ou de l'alcool.**

PENDANT LA SEANCE :

- Soyez conscient de contamination croisée. Ne **touchez pas votre tatouage** frais pendant votre session. Ne laissez pas quelqu'un d'autre toucher votre tatouage !
- Ne touchez pas l'équipement de tatouage ou de l'espace de travail.
- Parler c'est cool pendant la session, mais ne parlez pas avec vos mains, ne hochez pas la tête, ou ne déplacez pas à l'excès d'autres parties du corps, car cela fait aussi bouger la partie à tatouer.
- Soyez attentif et ne pas toucher les autres zones susceptibles d'être contaminées.

CICATRISATION CLASSIQUE:

Considérer que tout le monde guérit différemment et chaque tatouage doit recevoir une attention appropriée. Toutes les méthodes de cicatrisation ne sont pas forcément adaptées à celui-ci, même si vous avez déjà été tatoué! Ce guide de cicatrisation est fait de manière générale. Cependant, lorsque cela est nécessaire, vous pouvez avoir des étapes supplémentaires qui seront abordées au cours de votre session.

- **Nettoyez votre tatouage.** Retirez le pansement après 2/3 heures, **!NE PAS retirer le pansement** avant d'être prêt pour nettoyer correctement le tatouage avec un savon doux ou PH neutre (en vente au studio) et de l'eau tiède. **Nettoyez** la couche visqueuse qui aurait pu se former sur la zone tatouée. **Rincez** abondamment à l'eau froide. **Séchez** en tapotant doucement avec une serviette en papier propre, puis le sécher à l'air libre pendant 10 minutes.
- **Appliquer une crème cicatrisante.** (en vente également au studio). Etalez une fine couche de crème pour garder le tatouage légèrement humide, mais il ne doit pas baigner dedans. Utilisez juste assez de crème pour donner de éclat au tatouage et épongez avec une serviette en papier propre. Votre peau aura toute la pommade dont elle a besoin. Pour les 3 à 7 jours suivants, nettoyez et mettez la crème sur le tatouage toutes les 6 heures, (environ 3-4 fois par jour), **épongez la petite quantité de liquide en excès qui peut être sécrété entre les sessions de nettoyage.** Assurez-vous que ce liquide supplémentaire ne soit pas coincé sous la crème en tamponnant et en laissant sécher à l'air libre après chaque lavage. Appliquez la crème aussi longtemps que nécessaire jusqu'à l'apparition de petites craquelures et petites peaux, souvent entre 3 à 7 jours. Lorsque le pelage commence, un peu comme un coup de soleil. Ne surtout pas gratter ni arracher les petite peaux.
- **Vous êtes maintenant dans la phase de pelage.**

NE PAS appliquer plus de pommade. La zone deviendra sèche et commencera à démanger. Une bonne crème hydratante sans parfum (pour peaux sensibles) peut maintenant être utilisée 3 à 4 fois par jour **au lieu** de la crème cicatrisante. Répéter chaque jour jusqu'à ce que la peau ait retrouvé sa texture normale.

Si vous sentez que votre peau absorbe trop rapidement la crème et qu'elle la laisse trop sèche entre les applications (sensation de tiraillement, sec au touché) Vous pouvez soit appliquer l'huile d'avocat en plus sur les zones les plus sèches ou passer à une crème plus consistante pour peaux très sèches.

- Si vous obtenez des boutons dans la zone tatouée au cours de cette phase, vous devez diminuer la quantité de crème ou passer à une crème moins grasse ou différente. Les croutes sont la manière naturelle pour l'organisme de protéger les blessures durant la guérison. Cependant, il est très important de maintenir le suivi approprié pour EVITER la formation de ces croutes, car ils peuvent prolonger et compliquer le processus de guérison qui peut conduire à la guérison inégale et même des cicatrices.

Les premiers signes qui peuvent conduire à des croûtes sont souvent des bulles d'humidité qui apparaissent pendant les premiers jours, généralement causées par la négligence du nettoyage ou un trop plein de crème.

Si vous remarquez cela, nettoyez le tatouage et laissez sécher complètement.

Appliquer seulement la pommade avec parcimonie pour les régions du tatouage qui ne disposent pas de bulles, ce qui permet aux bulles de sécher toutes seules.

Si des croutes se forment, une fois que le tatouage est dans la phase de pelage, appliquer avec parcimonie la crème sur l'ensemble de la zone en massant délicatement mais n'appliquez surtout pas de couche épaisse de crème. **Les croutes ne doivent surtout pas être grattées ou arrachées !!**

CICATRISATION AVEC PANSEMENT

- Nettoyez votre tatouage comme expliqué dans la section précédente.
- Quand le tatouage est sec au toucher, couvrez le complètement avec un nouveau morceau d'allaise, en utilisant du ruban adhésif pour le maintenir en place. **Ne pas utiliser de pommade de guérison ou la crème hydratante.**
- Durant 1 à 3 jours, le tatouage est maintenu complètement recouvert d'une allaise, qui sera changé matin et soir. Il est extrêmement important de laver le tatouage avant chaque changement de pansement, ou après une période de transpiration. Laissez complètement sécher à l'air après le lavage. Dès que le tatouage ne rejette plus aucun liquide, il est temps de cesser l'emballage et de passer à l'application de la crème.
- Il est également important de ne pas trop envelopper la région autour du tatouage car il crée un excès d'humidité. - ou ne pas changer le pansement assez souvent - peut conduire à L'INFECTION. Ceci apparaîtra comme une irritation rouge vif avec de minuscules boutons dans la zone touchée, et sera probablement douloureux et entraînera des démangeaisons. Si cela se produit, mettre de la glace au-dessus du film pendant max 20 minutes. Si cela ne calme pas la douleur ou les démangeaisons, déballez la zone, nettoyez-la et laissez la sécher sans appliquer de crème mais en le protégeant avec une serviette en papier laissez sécher complètement, mettez de la crème UNIQUEMENT sur le tattoo.

CE QUE VOUS NE DEVEZ PAS FAIRE APRÈS UNE SESSION DE TATTOO

- Le tatouage en cours de cicatrisation ne doit pas être plongé dans l'eau. Vous devez également éviter les saunas/hammam ou d'autre environnement humide

jusqu'à ce que le tatouage ait terminé sa desquamation. Par conséquent, limitez-vous à une douche rapide NE LAISSEZ PAS la vapeur apparaître sur les miroirs de salle de bains. Cela prend environ 2 à 3 semaines.

- Durant la cicatrisation, il est important de ne pas l'exposer au soleil ou à d'autres formes d'UVA / UVB. Cela augmente considérablement le risque d'abîmer le tattoo. Il faut aussi savoir qu'il ya un risque accru de cancer de la peau, que la peau est très vulnérable dans toutes les conditions de guérison.
- Abstenez-vous de toute séance d'entraînement ou une activité physique plus lourde que la marche, en particulier dans les cas où le nouveau tatouage est dans une zone de transpiration directe du corps.
- Protégé le tattoo des environnements sales et poussiéreux a l'aide de sopalin ou compresses non tissés

CE QUE VOUS DEVEZ FAIRE APRÈS UNE SESSION DE TATTOO

- Après que le pelage ait disparu, les activités normales dans l'eau peuvent être reprises.
- L'utilisation d'un écran total sur la zone tatouée doit être systématique a chaque exposition au soleil (toute les 2h).
- Le bronzage ternira votre tattoo. Si vous devez bronzer, utilisez un indice 50 sur vos tatouages, même si vous choisissez d'utiliser d'autres méthodes pour le reste de votre peau non tatoué.
- L'hydratation quotidienne de la peau et du corps (8 verres d'eau par jour ou 2 litres) maintient la peau saine et un tattoo en pleine santé et agréable à regarder. Une peau en bonne santé= un tattoo impeccable. Exfoliez et rasez les poils sur le tattoo régulièrement permet au tattoo de montrer tous ses atouts et ses détails.
- Evitez de consommer les poissons gras et viandes grasses pour limiter les démangeaisons durant la période de cicatrisation (thon, saumon, porc, charcuterie)