

# 10 TIPPS ZUR TATTOOPFLEGE

Jetzt liegt es an Dir, eine gute Pflege ist für das Tattoo sehr,sehr wichtig. Damit verhinderst du, dass sich das Tattoo entzündet und sorgst dafür, dass es weiterhin so gut aussieht:

## 1. CREMEN

Es ist absolut wichtig das Tattoo in der Heilphase regelmäßig mit einer Wund und Heilsalbe (Bepanthen oder Panthenol) einzucremen. In den ersten 4 Tagen möglichst alle 3-4 Stunden. In den folgenden Tagen 3 bis 5 mal täglich. Zu häufiges, sowie zu dickes, Auftragen von Creme kann zum Aufweichen der Haut und einhergehendem Farbverlust oder Pustelbildung führen. Cremt man zu wenig bildet sich eine zu dicke Kruste auf dem Tattoo, die einreißen oder aufplatzen kann und ebenfalls zu Farbverlust oder sogar Vernarbung führen kann.

## 2. BADEN/LANGES DUSCHEN VERMEIDEN

Vollbäder oder langes Duschen sind während dem Abheilungsprozess (3-4 Wochen) zu vermeiden, da das Tattoo aufweichen kann, was zu Farbverlust führen könnte. Vom Baden im Meer, Seen oder Frei-/Hallenbädern ist komplett abzuraten, da es zu Wundinfektionen führen kann.

## 3. SCHWEIß/SCHMUTZ IN DER WUNDE VERMEIDEN

Schweiß (Bakterien) und Schmutz können zu Entzündungen führen. Deshalb muss man die Wunde möglichst sauber halten und vorerst auf Sport und schweißtreibende Aktivitäten verzichten.

## 4. KEINE STARKE SONNE ODER SOLARIUM

Direkte Sonneneinstrahlung ist zu vermeiden, da die frische Farbe dadurch verblasst und es auf der, wunden und dünnen, Haut leicht zu einem Sonnenbrand kommen kann, durch den sich die Haut, samt Tattoo, abschälen könnte. Die ersten 6-8 Wochen das Tattoo also gut vor Sonne schützen. Nach den 6-8 Wochen gilt für dein Tattoo in der Sonne UV-Schutz Lichtfaktor 50 verwenden.

## 5. NICHT KRATZEN

Während des Abheilens ist es ganz normal das die Haut anfangen kann zu jucken. Kratzen sie sich auf keinen Fall – dies beschädigt ihr Tattoo.

## 6. KEINE FUSSELDE ODER ZU ENGE KLEIDUNG

Zu enge Kleidung scheuert an der Wunde und reizt das Tattoo und Fusseln können zu Entzündungen führen. Kleidung aus Baumwolle hat sich bewährt da es Wundsekrete gut aufnimmt und leicht zu reinigen ist.

## 7. FOLIE JA/NEIN

Die Folie nach dem tätowieren ,spätestens nach 2-3 Stunden entfernen. Danach keine Folie mehr verwenden!!! In den ersten 2 bis 3 Tagen sollte man beim Schlafen und dem Tragen von Kleidung an der tätowierten Hautstelle eine Wundkomresse (in der Apotheke erhältlich) zum Schutz vor Schmutz bzw. Fusseln und Ankleben tragen. Das tragen von Folie ist nicht ratsam, da sich unter ihr Keime bilden können. Nach dem Entfernen der Folie muss das Tattoo mit PH-neutraler Seife oder nur mit klarem Wasser gereinigt werden. Anschließend mit einem sauberen und fusselfreien Tuch trocken tupfen und dünn mit Wund und Heilsalbe oder Tattoo-Pflegecreme eincremen

# 10 TIPPS ZUR TATTOOPFLEGE

## 8. HAT SICH DAS TATTOO AN DER KLEIDUNG FESTGEKLEBT...

...ist diese an der betroffenen Stelle mit lauwarmen Wasser einzuweichen und dann, langsam und vorsichtig, wieder abzulösen. Danach ist das Tattoo zu reinigen und mit Wund und Heilsalbe einzucremen

## 9. WASCHEN/REINIGEN DES TATTOOS

Reinigen sie das Tattoo nicht mit einer herkömmlichen Seife oder Duschgel. Diese sind dafür wegen enthaltener Parfümstoffe und zu hohem pH-Wert nicht geeignet. Verwenden sie PH-neutrale Seife oder klares Wasser.

## 10. RICHTIGE ERNÄHRUNG KANN DIE WUNDHEILUNG UNTERSTÜTZEN

Gerade während der Wundheilung sollte man darauf achten, ausreichend Vitamin C zu sich zu nehmen. Zu wenig Vitamin C im Körper beeinträchtigt die Wundheilung. Dies ist insbesondere beim Genuss von Alkohol zu beachten, da dieser Vitamine zerstört.

Wenn du noch Fragen hast, wende dich an dein Team!

PFLEGE

HINWEISE

