

# SOINS APRÈS TATOUAGE

Goria · Guide de cicatrisation — à conserver



*Merci d'avoir choisi mon travail et de m'avoir confié ta peau. Ton tatouage est une plaie ouverte pendant les premiers jours : le résultat final dépend autant de tes soins que de mon travail. Suis ces étapes simplement, et écris-moi dès que tu as un doute.*

## 1 ✦ LES PREMIÈRES HEURES

- **Film alimentaire ou bandage classique** : garde-le 2 à 4 heures, puis retire-le et passe au point 2.
- **Second Skin (film adhésif transparent)** : garde-le 3 à 5 jours. Un liquide trouble s'accumule dessous (encre + plasma) — c'est normal.
- Retire le Second Skin sous l'eau tiède, en tirant lentement vers le bas. Jamais à sec.
- Si le bandage fuit, se décolle ou démange fortement : retire-le, lave la zone, et passe au soin classique.

## 2 ✦ LE LAVAGE — ET LE BON SAVON

- **Le meilleur choix : un savon antiseptique**. Septivon, ou un savon désinfectant type « Arztseife ». C'est ce qui protège le mieux de l'infection.
- Si tu n'en as pas : un savon hypoallergénique, sans parfum, au pH neutre.
- Lave-toi les mains avant de toucher le tatouage. Eau tiède, à la main uniquement — pas de gant, pas d'éponge.
- Retire délicatement le film d'encre et de plasma.
- Sèche en tamponnant avec un essuie-tout propre. Jamais de serviette de bain.
- Laisse respirer 10 minutes à l'air libre. 2 à 3 fois par jour, jusqu'à la fin de la cicatrisation de surface.

## 3 ✦ CRÈME — LES 4 À 7 PREMIERS JOURS

À partir du moment où le Second Skin ou le film est retiré, pendant 4 à 7 jours :

- **Bepanthen CLASSIQUE — pas le Bepanthen Plus**. Le Plus contient de la chlorhexidine, qui irrite la peau fraîchement tatouée et peut perturber la cicatrisation. Vérifie bien la boîte.
- Cicaplast (La Roche-Posay) ou Cicalfate (Avène) conviennent aussi très bien.
- **Si tu n'as rien de tout ça** : huile de coco pure. En deuxième choix : beurre de karité.
- Une couche très fine, 2 à 3 fois par jour, après chaque lavage. Si ça brille, il y en a trop — trop de crème étouffe la peau.

## 4 ✦ APRÈS 4 À 7 JOURS — PASSE AU BEURRE CORPOREL

- Arrête les crèmes cicatrisantes et passe à un beurre corporel naturel : coco, karité, cacao, ou un mélange des trois.
- Continue jusqu'à la fin des peaux qui pèlent, puis garde l'habitude — une peau nourrie garde un tatouage net.

## 5 ✦ DRY HEALING (CICATRISATION À SEC)

Selon la peau, la zone et le tatouage, on peut décider ensemble de cicatriser sans crème. Si c'est le cas :

- Lave normalement 2 à 3 fois par jour (savon antiseptique), tamponne, et laisse la peau à l'air. Aucune crème.
- La peau tire plus, les croûtes sont plus épaisses et plus foncées, ça démange davantage. C'est normal.
- Ne gratte pas, ne décolle rien : sur une cicatrisation à sec, c'est le principal risque de perte d'encre.
- Si la peau craque, tire douloureusement ou saigne : une couche très fine de crème, sur cette zone uniquement.
- Une fois les peaux tombées, reprends le beurre corporel comme au point 4.

## 6 ✦ À ÉVITER PENDANT 2 À 3 SEMAINES

- Piscine, mer, bain, sauna, hammam, jacuzzi. La douche est OK.
- Soleil direct et cabines UV. Sport intense et transpiration pendant les 48 premières heures.
- Vêtements serrés ou qui frottent. Animaux sur le tatouage, draps sales, mains sales.
- Gratter, frotter, arracher les croûtes ou les peaux — c'est ce qui crée les trous dans le dessin.
- Raser la zone.

## 7 ✦ CE QUI EST NORMAL

- Jours 1–2 : rougeur, gonflement, un peu de sang ou d'encre.
- Jours 3–5 : la peau tire, des croûtes fines se forment.
- Jours 5–14 : ça pèle et ça démange. Tapote, ne gratte pas.

- Semaines 2–4 : le tatouage paraît terne, comme voilé. C'est la nouvelle peau — la netteté revient.
- Cicatrisation en surface : 2 à 3 semaines. En profondeur : 2 à 3 mois.

## 8 ✦ SIGNES D'ALERTE — CONSULTE UN MÉDECIN

---

- Fièvre, frissons. Rougeur qui s'étend, chaleur, gonflement qui augmente après le 3e jour.
- Douleur qui augmente au lieu de diminuer. Écoulement jaune ou verdâtre, mauvaise odeur.

*Prévien-moi également : j'ai besoin de le savoir et je peux t'orienter. Ces conseils ne remplacent pas un avis médical.*

## 9 ✦ RETOUCHE

---

- **Une retouche est offerte pendant 1 an** après le tatouage, sur mon propre travail, sur rendez-vous.
- Elle n'est pas offerte si les soins n'ont pas été suivis : soleil, baignade précoce, croûtes arrachées.
- Mains, doigts, pieds et coudes bougent et rejettent souvent l'encre. Une retouche y est fréquente et normale.

## 10 ✦ À LONG TERME

---

- Après cicatrisation complète : SPF 50 à chaque exposition. Le soleil est la seule chose qui abîme vraiment un tatouage avec le temps.
- Hydrate ta peau régulièrement.
- Envoie-moi une photo à 1 mois. J'adore les voir cicatrisés, et ça m'aide à suivre mon travail.



*Merci de ta confiance. Pour la moindre question ou le moindre doute, écris-moi — mieux vaut une fois de trop qu'une fois de trop tard.*

### RÉKA — GORIA

Tit for Tat · 53 rue Saint-André, 59800 Lille  
goriatattoo@gmail.com · Instagram : @goria\_tattoo