

Cicatrisation d'un tatouage

Cette fiche t'explique **comment cicatrise un tatouage et comment en prendre soin** afin de favoriser une cicatrisation simple et sereine. *Je te recommande de lire la fiche préparatoire avant de lire celle-ci afin de pouvoir mieux comprendre les explications/schémas.*

Les réactions décrites dans ce document sont **normales et font partie du processus de cicatrisation.**

Le pansement

À la fin de la séance, un pansement **biofilm à l'aloé vera (Aloes Tattoo)** est appliqué sur ton tatouage. Ce pansement liquide forme en séchant **une seconde peau protectrice** qui isole le tatouage de l'environnement extérieur. Il peut être conservé **jusqu'à 24 heures.**

Il est fréquent que du **liquide, de la lymphe ou un mélange d'encre et de fluides corporels** s'accumule sous le pansement. L'aspect peut parfois paraître impressionnant, mais **c'est tout à fait normal** et cela fait partie du processus de cicatrisation. Le tatouage peut également paraître **gonflé, fripé ou légèrement déformé** sous le pansement mais retrouvera son aspect normal une fois celui-ci retiré.

Le pansement doit être **retiré sous la douche**, avec **de l'eau et du savon**. Laisse l'eau couler dessus puis frotte doucement jusqu'à ce que le film se désagrège.

Une fois le pansement retiré, tu peux **nettoyer ton tatouage sous la douche** comme expliqué ci-dessous.

La douche

Un tatouage étant **une plaie**, il doit être nettoyé correctement. Les douches sont importantes pour l'hygiène de la zone tatouée. Utilise **de l'eau tiède et un savon pH neutre**, et lave le tatouage **avec la main uniquement**, sans gant ni éponge. Le lavage doit rester **doux**, afin de ne pas irriter la peau.

Les douches doivent rester **courtes**, afin d'éviter de ramollir les croûtes et provoquer leur chute prématurée.

Après la douche, **tapote la zone avec une serviette propre ou de l'essuie-tout**, sans jamais frotter. Laisse la peau sécher quelques minutes avant d'appliquer le soin.

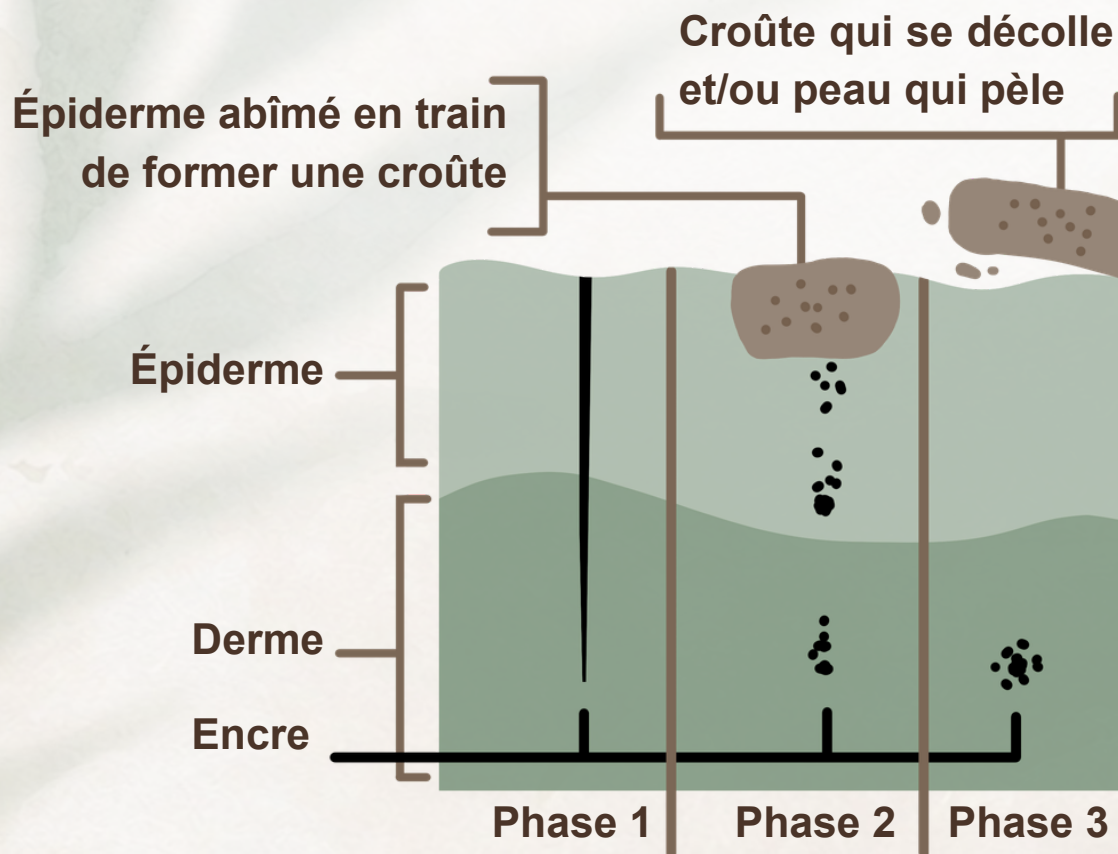
Les soins

Applique **une très petite quantité de soin** (Blue Bird Balm ou huile de coco vierge). La peau doit rester **légèrement hydratée**, mais ne doit jamais baigner dans le gras.

Durant les premiers jours, laisse la peau **respirer autant que possible** et évite simplement les excès de crème. *Un excès de crème est néfaste. Une couche trop épaisse peut provoquer une macération de la peau, ramollir les croûtes et perturber la cicatrisation et abîmer le tatouage*

Lorsque la peau commence à sécher, tirailler ou démanger, tu peux hydrater **un peu plus régulièrement**, toujours en petite quantité.

Les étapes de la cicatrisation



La cicatrisation d'un tatouage se déroule en **quatre phases** : une cicatrisation de **surface**, puis une stabilisation **en profondeur dans le derme**.

Le schéma ci-dessus illustre ce qu'il se passe **dans la peau et à la surface** du tatouage pendant la cicatrisation.

Phase 1 – 1 à 3 jours : La peau est encore **ouverte et fragile**. Le passage de l'aiguille crée de micro lésions qui se remplissent d'encre. La plaie peut laisser apparaître **de légers saignements, des suintements de lymphes et un surplus d'encre**.

Phase 2 – environ 1 semaine : La peau commence à **sécher et former une croûte**, ou peut simplement durcir et ternir. Sous cette couche, **l'épiderme se régénère progressivement**. Le tatouage peut alors paraître **terne ou légèrement déformé** : ce que l'on voit est simplement l'empreinte du tatouage dans la peau morte.

Phase 3 – 1 à 3 semaines : Les croûtes ou les peaux mortes **se détachent progressivement**, laissant apparaître une peau neuve. Il est essentiel de **ne jamais arracher les croûtes ou la peau**, afin d'éviter cicatrice ou perte de pigment.

Lorsque toutes les peaux mortes sont tombées et que la peau est redevenue **lisse**, la cicatrisation de surface est terminée.

Phase 4 – environ 1 mois : Même si le tatouage semble cicatrisé, les tissus continuent de **se réparer et de se stabiliser dans le derme**.

Pendant **quelques jours à une semaine**, la peau peut également paraître **brillante, légèrement fripée ou comme recouverte d'un film fin**. Cet aspect est normal et correspond simplement à la **nouvelle peau encore très fine qui se forme au-dessus du tatouage**.

Durée de cicatrisation

La durée des différentes phases dépend du **métabolisme**, de **l'emplacement et du type de tatouage**. Un tatouage très doux (comme les traits fin ou le dot shading) peut cicatriser rapidement, tandis qu'un tatouage **très travaillé** aura généralement une cicatrisation plus longue.

Réactions normales pendant la cicatrisation

- **Suintements de lymphe, sang ou encre**
- **Rougeurs, gonflement local ou hématome**
- **Douleur localisée ou sensation de coup de soleil**
- **Démangeaisons** (phases 2 et 3)
- **Les cicatrices ou vergetures** tatouées peuvent rougir ou gonfler quelques jours
- Les tatouages proches des **articulations** peuvent provoquer un gonflement temporaire

! *Si douleurs, saignements, suintements ou rougeurs persistent plus d'une semaine, il est important de m'en informer et de consulter un médecin.*

À éviter pendant la cicatrisation

- **Toucher le tatouage avec des mains sales**
- **Gratter ou frotter la zone**
- **Porter des vêtements serrés ou irritants**
- **Exposer le tatouage au soleil direct**
- **Utiliser de la crème solaire tant que la peau n'est pas refermée**
- **Utiliser d'autres produits que ceux recommandés** (le beurre de karité peut servir d'alternative)
- **Prendre des bains, aller à la piscine, sauna, hammam, crique ou fleuve**
- **Faire un sport intense ou provoquant des frottements** avant la fin de la phase 3

Retouches

Les retouches sont rares mais peuvent parfois être nécessaires. Elles doivent être réalisées entre **2 et 6 mois après la séance**, une fois la cicatrisation complètement terminée. Passé ce délai, elles seront considérées comme **une nouvelle prestation et pourront être facturées**.

Les retouches concernent uniquement **de légers ajustements liés au processus normal de cicatrisation**. Elles ne prennent pas en charge les **modifications ou ajouts** souhaités, les altérations du tatouage causées par **un accident, une exposition excessive au soleil, un grattage des croûtes ou le non-respect des recommandations de cicatrisation**.