

В современном обществе пирсинг и татуировки стали привычным явлением, а качественно выполненные работы расцениваются даже как предмет искусства. Эта памятка будет полезна всем, кто хочет надолго украсить свое лицо и тело, не навредив при этом здоровью.

Приняв решение сделать татуировку, особое внимание следует уделить выбору мастера, так как **проведение татуажа сопряжено с риском заражения ВИЧ-инфекцией и вирусными гепатитами.** Однако, при **соблюдении всех правил асептики и антисептики это абсолютно безопасная процедура.**



**Татуировка (татуаж) - процесс нанесения перманентного (стойкого) рисунка на тело методом местного травмирования кожного покрова с внесением в подкожную клетчатку красящего пигмента.**

Перед проведением манипуляции очень важно не только оговорить с мастером все детали эскиза, но и рассказать ему об особенностях здоровья, которые могут негативно повлиять на конечный результат, а также неукоснительно выполнять рекомендации специалиста по подготовке к татуажу и уходу за кожей после него. Важно знать, что **татуаж можно делать не всем.**

### Относительные противопоказания для проведения татуажа

- **неконтролируемая артериальная гипертензия** (перед процедурой необходимо нормализовать артериальное давление, приняв назначенные врачом медикаменты)
- **сахарный диабет** (в зависимости от стадии, с разрешения врача)
- **острые воспалительные заболевания, сопровождающиеся подъемом температуры выше 37°C;**
- **склонность к аллергическим реакциям** (требуется постановка предварительной пробы красителей на локтевом сгибе или волосистой части головы);
- **заболевания кожи в фазе обострения в области нанесения татуировки** (фурункулез, герпетические высыпания, угревая болезнь 3 и 4 степени, псориаз. Процедура проводится после прохождения лечения у врача-дерматолога).
- **состояние наркотического или алкогольного опьянения.**

### Абсолютные противопоказания для проведения татуажа

- **онкологические заболевания** (в отдельных случаях с разрешения лечащего врача проведение процедуры допускается);
- **нарушение свертываемости крови;**



- **склонность к формированию келоидных рубцов;**
- **тяжелые формы соматических заболеваний;**
- **хейлит** (заболевание красной каймы губ);
- **психические расстройства;**
- **ВИЧ, вирусные гепатиты;**
- **туберкулез;**
- **венерические заболевания.**

В случае носительства вируса герпеса, перед проведением процедуры татуажа необходимо получить консультацию врача и пройти назначенное им профилактическое лечение (при необходимости - пропить курс противовирусных препаратов: ацикловира, валцикловира). Татуировка наносится только в период ремиссии, когда нет острого воспалительного процесса. При выполнении перманентного макияжа губ следует помнить, что ультрафиолетовые лучи могут спровоцировать рецидив герпеса, поэтому при посещении солярия, нахождении в помещении с сухим воздухом, перед выходом на улицу в морозную, ветреную или жаркую погоду надо пользоваться увлажняющей гигиенической помадой (желательно с SPF - солнцезащитным фактором).



### Уход за кожей после нанесения татуировки



После нанесения татуировки для закрепления красителя мастер покрывает ее пищевой пленкой, под которую для дезинфекции наносит антибиотик (обычно гентамицин). Эту пленку через 3-24 часа после сеанса необходимо снять, а татуировку промыть теплой водой с жидким мылом. Затем осторожно промокнуть кожу бумажной салфеткой или сухим ватным диском и смазать ее тонким слоем крема «Бепантен Плюс». В дальнейшем важно следить, чтобы кожа в области тату всегда была увлажнена (для профилактики образования подсохших корочек). Для увлажнения кожи рекомендуется использовать кремы «Бепантен» (способствует заживлению) либо «Бепантен Плюс» (дополнительно содержит антисептик). В первые сутки перед нанесением крема татуировку необходимо каждый раз промывать теплой водой с жидким мылом, повторяя процедуру не реже 2-3 раз в день. В течение последующих 5-7 дней тонкий слой крема наносится 3 раза в сутки без предварительного мытья.

**Продолжительность восстановления кожи после татуажа зависит от индивидуальных особенностей организма и в среднем составляет около недели.** В период заживления введенный под кожу пигмент выглядит ярко и насыщенно, в последующем принимая более естественные оттенки. Затем в области татуировки образуются тонкие корочки, состоящие частично из выталкиваемого кожей пигмента, частично - из лимфы. Это является защитной реакцией, так как они закрывают поврежденный участок, чтобы процессы регенерации (восстановления) проходили быстрее и безопасней. Кроме того, под корочкой заживающая кожа как бы «впитывает» пигмент, поэтому если ее удалить раньше положенного времени,

«впитываться» будет нечему и на этом месте в лучшем случае образуется дефект рисунка, а в худшем - рубец.

### Что нельзя делать в период заживления татуировки

- **смачивать водой татуированные участки кожи дольше 2-х минут;**
- **вытирать область татуировки полотенцем** (ее необходимо аккуратно осушать чистым матерчатым или одноразовым бумажным полотенцем промокающими движениями, чтобы не травмировать заживающую кожу);
- **посещать солярий, бассейн, сауну, баню, принимать горячую ванну до полного заживления кожи** (при правильном уходе - около 2-х недель);
- **активно заниматься спортом, выполнять тяжелые физические нагрузки;**
- **употреблять алкогольные напитки** в течение 3-х суток после нанесения татуировки;
- **чесать татуировку, обрабатывать ее спиртосодержащими препаратами и медикаментами**, которые не были рекомендованы специалистом, проводившим процедуру;
- **повреждать татуированный участок кожи** жесткими тканями, **срывать корочки**, образующиеся на поверхности ранки (важно, чтобы татуировка зажила без дополнительных повреждений).

**Еще одним способом украшения себя, известным с давних времен, является пирсинг.** Издревле чаще всего прокалывали мочки ушей, но сегодня пирсинг выполняется и на других частях тела.

**Главное условие его безопасности - строгое соблюдение гигиенических требований.** Пирсер (мастер, который делает прокол) перед процедурой обязательно должен продезинфицировать инструменты и серьгу. Место будущего прокола также обрабатывается специальным антисептическим раствором, после чего фиксируется и прокалывается (по желанию клиента, процедура может проводиться под местным обезболиванием). **Правильно сделанный прокол не должен задевать кровеносные сосуды и нервные окончания.**



### Основные правила ухода за телом в месте прокола:

- **не «прокручивать» украшение в недавно сделанном проколе**, чтобы не нарушать процесс заживления;
- **перед обработкой места прокола тщательно мыть руки;**
- **обработку проводить несколько раз в день, используя** стерильный изотонический раствор хлорида натрия (**физраствор**);
- **не использовать для дезинфекции спирт, перекись водорода или мази**, так как они затрудняют процесс заживления и иссушают кожу, способствуя формированию избыточной рубцовой ткани.

**Делать или не делать татуировку или пирсинг - личный выбор каждого человека, но не следует забывать и о том, что чистое тело без дополнительных рисунков во все времена считалось красивым!**

**Решившись на татуаж или пирсинг, помните: красота не должна требовать больших жертв!**

Автор: Оганесян С.А., терапевт-реабилитолог УЗ «25-я ЦРП Московского района»

Редактор: Олешкевич Е.А.

Компьютерная верстка и дизайн: Макеев Ю.О.

Ответственный за выпуск: Кавриго С.В.

Комитет по здравоохранению Мингорисполкома  
Санитарно-эпидемиологическая служба г. Минска  
УЗ «25-я центральная районная поликлиника Московского района»  
городской Центр здоровья

# КРАСОТА ВО БЛАГО

(татуировки, перманентный макияж, пирсинг)



Минск