



Pflege-Checkliste

Damit dein Tattoo perfekt abheilt · Termine nur nach Vereinbarung

DIE ERSTEN 24 STUNDEN

- ☐ Schutzfolie 2-4 Stunden (Frischhaltefolie) bzw. 2-4 Tage (Second-Skin-Folie) auf der Haut lassen.
- ☐ Hände gründlich waschen, bevor du das Tattoo berührst.
- ☐ Tattoo mit lauwarmem Wasser und pH-neutraler, parfümfreier Seife vorsichtig abwaschen.
- ☐ Mit einem frischen Einwegtuch trocken tupfen – niemals reiben.
- ☐ Hauchdünn Tattoo-Pflegecreme auftragen; die Haut soll atmen können.
- ☐ Auf frischer, sauberer Bettwäsche schlafen; lockere Kleidung tragen.

TAG 2 BIS 14: HEILUNGSPHASE

- ☐ 2-3× täglich waschen und dünn eincremen (z. B. Panthenol- oder Tattoo-Salbe).
- ☐ Krusten und Hautschuppen niemals abkratzen oder abziehen – sie fallen von allein ab.
- ☐ Juckreiz aushalten: sanft klopfen statt kratzen.
- ☐ Keine Badewanne, Sauna, Schwimmbad, Meer oder See für mindestens 3 Wochen.
- ☐ Kein Sport mit starkem Schwitzen oder Reibung in den ersten 7-10 Tagen.
- ☐ Direkte Sonne und Solarium meiden, bis die Haut vollständig verheilt ist.

NACH DER HEILUNG: DAUERHAFT SCHÖN

- ☐ Tattoo bei Sonne immer mit LSF 50 schützen – das erhält Kontrast und Farbe.
- ☐ Haut regelmäßig eincremen; trockene Haut lässt Motive stumpf wirken.
- ☐ Nach 4-6 Wochen gerne Kontrolltermin: kleine Nacharbeiten sind normal.

SOFORT MELDEN BEI

Starker Rötung, Überwärmung oder pochenden Schmerzen nach dem 3. Tag.

Eiter, üblem Geruch oder Fieber.

Ausschlag, starkem Juckreiz oder Bläschen (mögliche Allergie).

Fragen zur Heilung?

WhatsApp oder Anruf: 0171 7883864 · Termine: sumupbookings.com/ready-or-not-tattoo-art

Mehr Infos: ready-or-not-ink-arts.lovable.app/aufklaerung