

Cheek Piercing

Dimple Piercing — het complete ebook

Geschiedenis · Anatomie · Techniek · Sieraden · Risico's · Genezing · Aftercare

Een educatieve gids voor klant én professional

Inhoud

1. Wat is een cheek piercing?
2. Geschiedenis & culturele context
3. Anatomie van de wang
4. De Stensen-gang — de rode zone
5. Placering & markering
6. De piercing procedure stap voor stap
7. Sieraden — types, materialen & maten
8. Downsizing — waarom cruciaal
9. Genezingsproces & tijdlijn
10. Aftercare — buiten & binnen
11. Risico's & complicaties
12. Contra-indicaties — wanneer NIET
13. Verwijderen — wat blijft er over?
14. FAQ — veelgestelde vragen
15. Checklist voor de klant
16. Bronnen

1. Wat is een cheek piercing?

Een **cheek piercing** (Nederlands: wangpiercing, ook wel **dimple piercing**) is een piercing die dwars door de wang gaat — van de buitenkant van het gezicht naar de mondholte. De piercing wordt meestal in paar geplaatst (links én rechts symmetrisch) om het effect van natuurlijke *kuiltjes* (dimples) na te bootsen die verschijnen bij glimlachen.

Het is één van de **meest technische en risicovolle** gezichtspiercings. De piercer moet exact weten waar belangrijke anatomische structuren liggen — een fout kan blijvend gevolg hebben voor mimiek, speekselafvoer of tandgezondheid.

Waarom kiezen mensen ervoor?

- Esthetisch — het simuleert dimples die van nature niet aanwezig zijn
- Statement — zichtbare, uitgesproken gezichtspiercing
- Symmetrie — accentueert de jukbeenderen en glimlach

2. Geschiedenis & culturele context

Traditionele oorsprong

Wangpiercings hebben oude wortels. In verschillende Afrikaanse stammen (o.a. de **Mursi** en **Suri** in Ethiopië) werden en worden wangen doorboord voor rituele doeleinden en om *lip plates* te dragen. In Zuid-Amerika droegen de **Aztecs** en **Mayas** jade en obsidiaan wangornamenten als teken van status. In Papoea Nieuw-Guinea werden botten door de wangen gedragen als krijgersieraad.

Moderne dimple piercing

De hedendaagse *dimple piercing* ontstond in de **jaren '90** in de Westerse body-modification scene, gepopulariseerd door pioniers zoals **Fakir Musafar** en **Elayne Angel**. Het idee was esthetisch: kunstmatige kuiltjes creëren. In de jaren 2010 werd de piercing viraal via Instagram en TikTok, wat leidde tot een golf van slecht geplaatste piercings door onervaren piercers.

Professionele consensus

Vandaag adviseren gerenommeerde organisaties zoals de **Association of Professional Piercers (APP)** extreme voorzichtigheid. Veel APP-leden weigeren cheek piercings uit te voeren vanwege het permanente litteken en de risico's op de Stensen-gang.

3. Anatomie van de wang

De wang bestaat uit verschillende lagen weefsel die de piercing doorkruist:

Laag	Beschrijving	Dikte
Epidermis + dermis	Buitenste huidlagen	1–2 mm
Subcutaan vet	Vetlaag, varieert sterk per persoon	3–20 mm
Buccinator spier	Wangspier — actief bij kauwen en blazen	3–5 mm
Submucosa	Bindweefsel met bloedvaten	1–2 mm
Mucosa	Binnenbekleding van de mond	0,5–1 mm

Belangrijke structuren om te vermijden

- **Glandula parotis** — grootste speekselklier, ligt vóór en onder het oor
- **Ductus parotideus (Stensen-gang)** — buis die speeksel van de parotis naar de mond leidt
- **N. facialis** — gezichtszenuw, vertakt door de parotis en over de wang
- **A. facialis** — grote bloedvat van het gezicht
- **Corpus adiposum buccae (Bichat's vet)** — vetkussen in de wang

4. De Stensen-gang — de rode zone

De **ductus parotideus (Stensen-gang)** is de belangrijkste anatomische structuur die de piercer moet vermijden. Het is een dunne buis (2–3 mm diameter) die speeksel vervoert van de parotisklier naar de mond.

Waar mondt de gang uit?

De gang mondt uit op de **papilla parotidea** — een klein bultje aan de binnenkant van de wang, precies **tegenover de tweede bovenmolaar (2e kies)**. Deze papil is zichtbaar in de mond.

Waarom is dit gevaarlijk?

Als de gang doorboord wordt:

- **Speekselfistel** — permanente lekkage van speeksel door de wanghuid
- **Sialoceel** — cyste van opgehoopt speeksel onder de huid
- **Chirurgische correctie** nodig — moeilijk en niet altijd succesvol
- **Blijvend litteken** — vaak levenslang

Veilige zone: de piercing moet vóór de kauwspier (masseter) en op minstens **1,5 cm afstand** van de papilla parotidea liggen. Een ervaren piercer palpeert de mondholte om deze structuur te lokaliseren.

5. Placering & markering

De ideale positie is waar het natuurlijke dimple zou verschijnen tijdens glimlachen. Dit varieert per persoon en per gezichtsstructuur.

Markeringsprocedure

- Klant zit rechtop, ontspannen, in neutraal licht
- Piercer vraagt om te glimlachen — natuurlijke dimple wordt gemarkeerd
- Beide zijden worden gemeten en gecontroleerd op symmetrie
- Binnenkant wordt geïnspecteerd — papilla parotidea gelokaliseerd
- Klant kijkt in de spiegel en keurt de markering goed
- Piercer palpeert wang van buiten én binnen om vet, spier en gang te voelen

Rode vlaggen tijdens markering

- Piercer wil zonder mondinspectie doorprikken → LOOP WEG
- Piercer weet niet wat de Stensen-gang is → LOOP WEG
- Placering te dicht bij de mondhoek of oor → onveilig
- Piercer gebruikt een piercing pistool → NOOIT voor cheek piercings

6. De procedure stap voor stap

- **1. Voorbereiding:** handen wassen, handschoenen aan, steriel veld
- **2. Desinfectie:** buitenkant met chloorhexidine, binnenkant met alcoholvrij mondwater
- **3. Markering:** punten aan buiten- en binnenkant met steriele marker
- **4. Klem:** steriele receiving tube of klem stabiliseert het weefsel
- **5. Naald:** steriele holle naald (14G/16G, ofwel 1,6 mm of 1,2 mm) wordt van buiten naar binnen geduwd
- **6. Sieraad:** lange labret (14–16 mm) wordt door de naald geleid
- **7. Sluiting:** disc aan binnenkant, bolletje/plat schijfje aan buitenkant
- **8. Controle:** geen bloedingen, sieraad zit vlak, klant krijgt aftercare instructies

Een correct uitgevoerde cheek piercing duurt **1–2 seconden** per zijde. De pijn is scherp maar kort. Nabloeding is minimaal bij correcte techniek.

7. Sieraden — types, materialen & maten

Type sieraad

Labret stud is de enige juiste keuze voor cheek piercings:

- **Platte disc** aan binnenkant — voorkomt tandschade
- **Bolletje, plat schijfje of steentje** aan buitenkant
- **Intern draadschroef (internally threaded)** of **threadless** — nooit externe schroefdraad

Materialen

Materiaal	Standaard	Fase	Opmerking
Titanium	ASTM F-136	Eerste piercing	Beste keuze — nikkelvrij, biocompatibel
Niobium	Puur	Ook geschikt	Duur, minder verkrijgbaar
14k/18k Goud	Nikkelvrij, massief	Na volledige genezing	Alleen echt goud, geen plating
PTFE/Bioplast	Medisch	Tijdelijk bij sport	Buigzaam, niet permanent
Chirurgisch staal	316L/316LVM	Afgeraden	Bevat nikkel — allergierisico
Acryl	Kunststof	NOOIT	Poreus, kraakt, geeft toxines af

Maten in millimeters

Parameter	Startmaat	Na downsize
Dikte	1,6 mm (soms 1,2 mm)	1,6 mm
Lengte (dikke wang)	14–16 mm	10–12 mm
Lengte (dunne wang)	12–14 mm	8–10 mm
Disc diameter binnen	5–6 mm	4–5 mm
Bolletje buiten	3–4 mm	3–4 mm

8. Downsizing — waarom cruciaal

Na de piercing zwelt de wang op. Daarom wordt een langer sieraad geplaatst. Zodra de zwelling zakt (meestal na **4–6 weken**), moet het sieraad korter gemaakt worden. Dit heet **downsizing**.

Gevolgen als je NIET downsized:

- **Tandschade** — bolletje/disc slaat tegen tanden, veroorzaakt scheurtjes in glazuur
- **Tandvleesrecessie** — druk trekt tandvlees weg
- **Slechte genezing** — sieraad beweegt te veel in het kanaal
- **Migratie** — piercing verplaatst of wijst scheef
- **Vergroot litteken** — permanent zichtbare krater

Downsizing bij een professionele piercer kost meestal €15–€30 per zijde inclusief nieuw sieraad.
Sla dit nooit over.

9. Genezingsproces & tijdlijn

Cheek piercings behoren tot de **langst genezende** piercings — vergelijkbaar met navel of nipple.

Fase	Periode	Wat gebeurt er
Acute fase	Dag 1–14	Zwelling, warmte, gevoeligheid, mogelijk lymfevocht
Downsize fase	Week 4–6	Zwelling weg, sieraad wordt korter gemaakt
Basis genezing	2–3 maanden	Kanaal gesloten, geen wondvocht meer
Volledige genezing	6–12 maanden	Weefsel definitief opgebouwd, sieraad wisselen mogelijk
Rijping	12–24 maanden	Litteken stabiliseert, dimple-effect definitief

Individuele variatie

Genezing hangt af van: leeftijd, roken, voeding, immuunsysteem, mondhygiëne, sport, en of je je aan de aftercare houdt. Rokers genezen tot **2× langzamer**.

10. Aftercare — buiten & binnen

Cheek piercings vereisen **dubbele aftercare**: buitenkant én mondholte.

Buitenkant

- **2× per dag Aphraheals** zoutoplossing spray direct op de piercing
- 5 minuten laten inwerken, dan zachtjes deppen met schoon papieren doekje
- Niet aanraken met vuile handen
- Geen make-up, foundation of concealer rond de piercing (eerste 4 weken)
- Geen crèmes, oliën of zalfjes (verstoppem kanaal)

Binnenkant (mondholte)

- Na elke maaltijd spoelen met **zoutoplossing** of alcoholvrije mondwater
- Zachte tandenborstel, milde fluoride tandpasta zonder alcohol
- Nieuwe tandenborstel op dag 1
- Geen zoenen, orale seks, tongzoenen of gedeeld bestek — eerste 6–8 weken
- Geen alcohol, roken, wiet — eerste 2 weken minimaal
- Geen pittig, zuur, heet of hard eten in beginfase
- Zacht koud eten (yoghurt, ijs, smoothies) helpt tegen zwelling
- Slaap eerste week met opgetild hoofd

Aphraheals is een alcoholvrije, isotonische zoutoplossing speciaal voor piercings. Alternatieven: NeilMed Piercing Aftercare, zelfgemaakte zoutoplossing (1/4 tl zeezout in 250 ml warm water).

11. Risico's & complicaties

Risico	Oorzaak	Actie
Speekselfistel	Stensen-gang geraakt	Onmiddellijk arts/KNO
Sialoceel	Speekselcyste onder huid	Chirurgische drainage
Tandschade	Te lang sieraad, geen downsize	Downsize direct, tandarts
Tandvleesrecessie	Chronische druk	Sieraad korter of verwijderen
Endocarditis	Mondbacteriën in bloedbaan	Spoedeisende hulp
Zenuwbeschadiging	N. facialis geraakt	Neuroloog — vaak permanent
Migratie / rejectie	Te dun sieraad, druk	Verwijderen, opnieuw plaatsen
Bult (granuloom)	Irritatie, aanraken	Zoutoplossing, niet knijpen
Infectie	Slechte hygiëne	Arts — sieraad NIET verwijderen
Keloïd litteken	Genetische aanleg	Dermatoloog

Waarschuwingssignalen — bel je piercer of arts:

- Heldergele/groene pus met geur
- Koorts boven 38°C
- Rode uitstralende streep vanaf piercing
- Toenemende pijn na week 2
- Speeksel of vocht dat door de buitenkant lekt
- Verlamming of asymmetrie bij glimlachen

12. Contra-indicaties — wanneer NIET

- **Hartklepafwijkingen** — endocarditisrisico
- **Diabetes (slecht ingesteld)** — vertraagde genezing
- **Stollingsstoornissen** of bloedverdunners (marcoumar, aspirine)
- **Auto-immuunziekten** (lupus, MS actief)
- **Zwangerschap** en borstvoeding
- **Actieve mondinfectie** of tandvleesontsteking
- **Beugel** of orthodontische behandeling
- **Chemotherapie** of immunosuppressiva
- **Keloïd aanleg**
- **Onder 18 jaar** (in NL en BE meestal met ouderlijke toestemming vanaf 16)
- **Alcohol of drugs** in de 24u voor de afspraak

13. Verwijderen — wat blijft er over?

Cheek piercings laten **altijd** een blijvend spoor achter. Dit is uniek onder de piercings — bij de meeste andere piercings sluit het gaatje bijna volledig.

Wat blijft er zichtbaar?

- **Permanente kuiltje (dimple)** — door littekenweefsel dat de wang naar binnen trekt bij glimlachen
- **Klein puntje** aan de buitenkant — ingedrukt litteken
- **Bult/harde plek** onder de huid — intern littekenweefsel

Voor veel mensen is dit een *voordeel* (de dimple blijft ook na verwijderen). Voor anderen een nadeel. Denk goed na voor je begint.

Chirurgische correctie is mogelijk maar duur en niet altijd cosmetisch bevredigend. Overleg met een plastisch chirurg als je het litteken wilt laten verwijderen.

14. FAQ — veelgestelde vragen

Doet het pijn?

Ja — meer dan de meeste gezichtspiercings omdat de naald door meer weefsellagen gaat. Meestal 6–7/10 op de pijnschaal. Duur: 1–2 seconden per zijde.

Hoeveel kost het?

Bij een professionele studio met ASTM F-136 titanium sieraden: **€80–€150 per paar**. Downsize komt daarna nog eens €30–€60 bij.

Kan ik na 1 zijde stoppen?

Kan wel — sommige mensen kiezen bewust voor 1 dimple. Maar meestal ziet dat asymmetrisch uit.

Blijft het dimple na verwijderen?

Ja. Littekenweefsel houdt de indeuking. Aan buitenkant blijft ook een klein puntje zichtbaar.

Kan ik roken?

Sterk afgeraden eerste 8 weken. Roken verdubbelt genezingstijd en verhoogt infectierisico substantieel.

Beschadigt het mijn tanden?

Ja, als je NIET downsized of een verkeerd sieraad draagt. Met correcte platte titanium disc en tijdige downsize is het risico klein.

Kan ik het combineren met andere piercings?

Ja — vaak in combinatie met septum of lip piercings. Wacht wel tot minimaal 1 piercing basis genezen is.

Werkt het bij een dikke wang?

Ja, maar sieraad moet langer zijn (16 mm start) en downsize duurt langer.

Op welke leeftijd?

In Nederland/België meestal vanaf 16 jaar met ouderlijke toestemming, 18+ zonder. Veel studios adviseren om te wachten tot minimaal 18 vanwege de definitieve aard van het litteken.

15. Checklist voor de klant

Voor de afspraak

- ■ Ik ben uitgerust en goed gegeten
- ■ Geen alcohol/drugs in de 24u ervoor
- ■ Geen bloedverdunners (aspirine) 24u ervoor
- ■ Frisse mond, tanden gepoetst
- ■ Ik heb geen open mondinfectie
- ■ Ik heb een APP-erkende of gecertificeerde studio gekozen
- ■ Aphraheals of zoutoplossing thuis in huis
- ■ Nieuwe zachte tandenborstel klaar

Vraag je piercer

- ■ Hoeveel cheek piercings heb je al gezet?
- ■ Welk materiaal gebruik je? (moet ASTM F-136 zijn)
- ■ Hoe lokaliseer je de Stensen-gang?
- ■ Wanneer plannen we downsize?
- ■ Wat kost downsize?

Direct na de piercing

- ■ Ijs op wangen tegen zwelling
- ■ Zacht/koud eten voor 3–5 dagen
- ■ Zoutoplossing spray meenemen (buiten)
- ■ Alcoholvrije mondwater (binnen)
- ■ Foto's maken voor progressie

16. Bronnen

- Association of Professional Piercers (APP) — safepiercing.org — aftercare guidelines
- Elayne Angel — *The Piercing Bible* — Ten Speed Press
- Netter, F. — *Atlas of Human Anatomy* — Elsevier (parotis, n. facialis)
- Piercings Works Amsterdam — piercingworks.com — technische richtlijnen
- Aphraheals — aphraheals.com — aftercare productinformatie
- Nederlandse Vereniging voor Mondziekten, Kaak- en Aangezichtschirurgie (NVMKA) — orale complicaties
- Colgate Oral Care — colgate.be — mondpiercing-risico's
- American Dental Association (ADA) — ada.org — oral piercing policy
- Ivoren Kruis — mondgezondheid en piercings
- Journal of Periodontology — studies over piercing-gerelateerde gingivale recessie

© Piercings Works — Educatieve gids. Deze informatie vervangt geen professioneel medisch advies. Laat piercings alleen zetten door gecertificeerde piercers.