

WAAROM RUIKT MIJN PIERCING?

Talg, huidcellen en biofilm in een genezen piercingkanaal —
wat het onderzoek laat zien en hoe je het veilig schoonmaakt



Een evidence-informed e-book voor klanten en professionals

Vooraf: geen glamouroponderwerp, wel een echt onderwerp

Je doucht, wast je haar, reinigt je gezicht en poetst misschien zelfs je sieraden. Maar wanneer heb je voor het laatst het gaatje zelf schoongemaakt? In de studio zien we het bijna dagelijks: iemand verzorgt zijn piercings prima, maar draagt al jaren dezelfde oorbellen. Komt het sieraad eruit, dan komt soms ook die typische geur mee.

Dat is geen teken van slechte hygiëne en meestal ook geen ontsteking. Het is normale huidbiologie op een plek waar je er nauwelijks bij komt. Dit e-book legt uit wat er precies gebeurt, wat het onderzoek erover zegt, en hoe je een volledig genezen kanaal veilig reinigt — en wanneer je dat juist niet moet doen.

De kern in vijf regels

- Een genezen piercing is een met huid beklede tunnel (fistel) die talg produceert en huidcellen afstoot.
- Huidbacteriën breken die talg en keratine af; daarbij ontstaan geurstoffen — dezelfde chemie als bij lichaamsgeur.
- Op sieraden en in kanalen kan biofilm ontstaan: een laagje bacteriën dat lastig af te spoelen is.
- Geur alleen is geen infectie. Pijn, warmte, roodheid, zwelling en pus wél.
- Reinigingsdraadjes zijn bedoeld voor oude, volledig genezen gaatjes — nooit voor een verse of geïrriteerde piercing.

Wat betekent “evidence-informed”?

We combineren dermatologische en microbiologische literatuur, hygiënerichtlijnen en professionele praktijkstandaarden. Over specifiek “piercinggeur” en over reinigingsdraadjes bestaat geen klinisch vergelijkend onderzoek. De onderliggende mechanismen — talgproductie, keratine, huidmicrobioom, biofilm en metaalcorrosie — zijn wél goed onderzocht. Waar we iets afleiden in plaats van citeren, zeggen we dat er ook bij.

1. Wat is een genezen piercingkanaal eigenlijk?

Een genezen piercing is geen open wond en geen gat in het niets. Het is een fistel: een kanaal dat aan de binnenkant is bekleed met epitheel — dezelfde soort huidcellen als aan de buitenkant. Die bekleding maakt het kanaal stabiel, maar zorgt er ook voor dat het zich als huid gedraagt.

Huid doet drie dingen die relevant zijn voor geur:

Proces	Wat gebeurt er	Gevolg in het kanaal
Desquamatie	De opperhuid vernieuwt zich continu; oude keratinocyten laten los. Volledige vernieuwing duurt ongeveer 40-56 dagen.	Dode huidcellen hopen zich op in een nauwe ruimte waar geen wrijving of afspoeling is.
Talgproductie	Talgklieren scheiden sebum af: triglyceriden, wasesters, squaleen en vetzuren.	Vet plakt cellen samen tot een witachtige, kaasachtige massa.
Zweet	Eccrine klieren geven water en zouten; apocriene klieren (o.a. oksel, deels oor) geven eiwit- en vetrijk zweet.	Vocht en voedingsstoffen voor huidbacteriën.

Voeg daar toe wat er van buiten in komt — shampoo, conditioner, haarlak, make-up, huidverzorging, stof, zweet van sport — en je hebt in een paar maanden een dichte, vetrijke, zuurstofarme laag. Precies de omstandigheden waarin geurvormende bacteriën goed gedijen.

Een piercinggaatje is een klein, verborgen stukje huid. Verborgen plekjes hebben soms nét wat extra aandacht nodig.

2. De chemie van de geur

Lichaamsgeur ontstaat vrijwel nooit door zweet of talg zelf. Die zijn in verse toestand grotendeels reukloos. De geur ontstaat wanneer huidbacteriën ze afbreken tot kleine, vluchtige moleculen. Dat mechanisme is uitgebreid onderzocht bij okselgeur en geldt in dezelfde vorm voor een afgesloten piercingkanaal.

Stofgroep	Ontstaat uit	Geurkarakter	Onderzoek
Vertakte vetzuren (o.a. 3-methyl-2-hexeenzuur)	Eiwitgebonden voorlopers in apocrien zweet, vrijgemaakt door <i>Staphylococcus hominis</i> en verwanten	Zurig, muf, "scherp zweet"	Goed gedocumenteerd (Natsch e.a.; James e.a.)
Zwavelverbindingen (thio-alcoholen, o.a. 3-sulfanylhexaan-1-ol)	Cystenyglycine-conjugaten, omgezet door een specifiek bacterieel enzym (C-T lyase)	Uiensulfurig, doordringend	Sterk bewijs; enzym en genen geïdentificeerd
Korte-ketenvezuren (boterzuur, isovaleriaanzuur)	Afbraak van talgtriglyceriden door lipasen van <i>Cutibacterium acnes</i> en <i>corynebacteriën</i>	Ranzig, "kaas"	Sterk bewijs uit talg- en acnelonderzoek
Squaleen-oxidatieproducten	Squaleen in talg dat oxideert bij lucht, licht en warmte	Muf, olie-achtig	Goed onderzocht in talgchemie

De hoofdrolspelers zijn dus geen "vieze" indringers, maar normale bewoners van je huid: *Cutibacterium acnes* in talgklieren, *Staphylococcus epidermidis* en *hominis* op de huid, en *Corynebacterium*-soorten — die laatste zijn in okselonderzoek de sterkste geurproducenten. Ze zijn er ook bij een perfect verzorgde huid. Het verschil zit in de ophoping die niet wordt afgevoerd.

Belangrijk onderscheid

- Geur zonder klachten = ophoping van talg, keratine en bacteriële afbraakproducten. Hygiënisch op te lossen.
- Geur mét pijn, warmte, roodheid, zwelling, pus of koorts = mogelijke infectie. Niet zelf "wegpoetsen"; laten beoordelen.
- Persisterende stinkende afscheiding uit één specifiek punt kan wijzen op een cyste of ingesloten materiaal en hoort professioneel bekeken te worden.

3. Biofilm: waarom afspoelen niet genoeg is

Bacteriën leven zelden los. Op vaste oppervlakken — en een sieraad in een vochtig kanaal is een ideaal vast oppervlak — vormen ze een biofilm: een gemeenschap ingebed in een zelfgemaakte laag suikers en eiwitten. Die laag hecht sterk, is slecht doordringbaar voor spoelvloeistof en zelfs voor antiseptica.

Bevinding	Wat het onderzoek laat zien
Biofilm op piercingsieraden	Elektronenmicroscopisch onderzoek van verwijderde tongpiercings toonde uitgebreide bacteriële biofilm op vrijwel alle sieraden, ook bij dragers zonder klachten.
Oppervlakteruwheid	Krassen, bramen, poreuze coatings en slecht afgewerkte schroefdraad vergroten hechting van biofilm. Spiegelglad gepolijst implantaatmateriaal doet dat aantoonbaar minder.
Weerstand tegen reiniging	Biofilm is tot honderden malen minder gevoelig voor antimicrobiële middelen dan losse bacteriën. Mechanische verwijdering is daarom effectiever dan alleen spoelen.
Analoog uit de mondzorg	Bij tandplak — ook een biofilm — is mechanische verstoring (poetsen, flossen) de bewezen basismethode; spoelen alleen is onvoldoende.

Dit verklaart de veelgestelde vraag: “maar ik douche toch iedere dag?” Douchewater stroomt langs de buitenkant en nauwelijks dóór een nauw kanaal waar een sieraad in zit. Erger nog: shampoo en conditioner kunnen juist achter de sluiting van een oorbel blijven zitten en daar als extra voedingsbodem werken.

De logica achter reinigingsdraadjes is dus dezelfde als bij flossen: waar geen wrijving is, blijft de laag zitten. Let wel — dit is een redelijke afleiding uit biofilmonderzoek, niet iets wat in een klinische studie met piercingdraadjes is aangetoond. Die studie bestaat (nog) niet.

4. Oorlellen: de vergeten gaatjes

Opvallend genoeg zien we de sterkste ophoping meestal niet bij nieuwe piercings, maar bij oude oorlelgaatjes. Mensen zijn zorgvuldig met hun nieuwe helix, tragus of conch, terwijl de gaatjes uit hun kindertijd al tien jaar alleen “oorbel eruit, oorbel erin” hebben meegemaakt.

Risicofactor	Waarom juist de oorlel
Hoge talgdichtheid	Het hoofd-halsgebied heeft veel talgklieren; oorlel en achter het oor zijn klassieke “vette” zones.
Haarproducten	Shampoo, conditioner, droogshampoo en haarlak komen dagelijks op en achter het oor terecht.
Achterkant van de sluiting	Onder een butterfly- of schroefsluiting ontstaat een nauwe spleet die nooit wordt schoongewreven.
Jarenlang hetzelfde sieraad	Zonder wisselen wordt de laag nooit mechanisch verstoord.
Telefoon, kussen, mondkapje	Contactoppervlakken brengen extra vuil en vet aan.

Donkere of groenige aanslag

Soms is er ook een grijze, donkere of groenachtige aanslag op het sieraad of rond het gaatje. Daarvoor bestaan verschillende verklaringen, die elkaar niet uitsluiten:

Mogelijke oorzaken van verkleuring

- Corrosie van koperhoudende legeringen. Koper reageert met zweet, talg en zuurstof tot groenige zouten die de huid tijdelijk kleuren. Bekend bij goedkope of laagkaraats sieraden.
- Zilversulfide. Zilver zwart uit door zwavelverbindingen uit zweet en cosmetica — dezelfde reactie als aanlopend zilverwerk.
- Geïmpregneerd vuil. Talg, huidcellen en make-uppigment kunnen samen een donkere laag geven zonder dat er metaal bij betrokken is.
- Nikkelvrijgifte. Onbekende legeringen kunnen nikkel afgeven; dat kleurt niet altijd, maar is wél een bekende oorzaak van contactallergie — een systematische review en meta-analyse bevestigt de sterke samenhang tussen piercings en nikkelsensibilisatie.
- Zeldzaam: argyrie/tatoeëring van de huid. Blijvende grijze verkleuring door metaaldeeltjes in het weefsel; hoort professioneel beoordeeld te worden.

5. Zo reinig je een oud, genezen gaatje

Onderstaande werkwijze geldt uitsluitend voor een volledig genezen, klachtenvrije piercing. Twijfel je of iets genezen is? Dan is het antwoord: nog niet doen.

Stap	Wat je doet	Waarom
1	Was je handen grondig met zeep en water.	Je handen zijn de belangrijkste besmettingsroute.
2	Verwijder het sieraad voorzichtig.	Zonder verwijdering kom je niet bij het kanaal en de sluiting.
3	Reinig het sieraad apart: warm water met milde zeep, zacht borsteltje voor de sluiting, goed naspoelen en drogen.	Mechanisch reinigen verwijdert biofilm; alleen afspoelen niet.
4	Breng een schoon, dun reinigingsdraadje voorzichtig door het gaatje.	Mechanische verstoring van de laag in het kanaal zelf.
5	Trek het rustig door — zonder duwen, forceren of zagen. Voel je weerstand of pijn: stoppen.	Weerstand betekent dat het kanaal niet ruim of niet rustig genoeg is.
6	Spoel na met lauw water of steriele 0,9% zoutoplossing en dep droog met schoon wegwerpmateriaal.	Restanten wegspoelen; vocht laten staan bevordert nieuwe ophoping.
7	Plaats het schone sieraad terug.	Laat een oud gaatje niet onnodig lang leeg als je het wilt behouden.

Hoe vaak?

- Je hoeft niet iedere ochtend te “flossen”. Voor de meeste mensen is een grondige beurt om de paar weken tot maandelijks ruim voldoende.
- Vaker overwegen bij: veel sporten of zweten, meerdere gaatjes, dagelijks haarproducten, jarenlang hetzelfde sieraad, of merkbare geur na uitnemen.
- Overdrijf niet: te vaak en te ruw reinigen irriteert het epitheel en kan juist klachten uitlokken.

6. Wanneer je dit absoluut niet moet doen

Dit is het belangrijkste hoofdstuk van dit e-book. Een reinigingsdraadje in de verkeerde situatie is geen onschuldige actie.

Niet gebruiken bij

- Een verse of nog genezende piercing. Het kanaal is dan geen stabiel epitheel maar kwetsbaar granulatieweefsel. Een draadje veroorzaakt microtrauma, vertraagt genezing en kan bacteriën dieper inbrengen.
- Pijn, roodheid, warmte, zwelling of pus. Eerst laten beoordelen — niet reinigen, niet forceren, sieraad niet op eigen initiatief verwijderen bij verdenking op infectie.
- Een irritatiebult, hypergranulatie of keloid. Mechanische prikkeling verergert dit doorgaans.
- Kraakbeenpiercing die nog niet volledig stabiel zijn. Kraakbeen geneest traag en heeft een slechte doorbloeding; complicaties verlopen daar ernstiger.
- Twijfel over de genezing. Vraag het je piercer voordat je iets door het kanaal haalt.

Voor een verse piercing geldt een compleet andere nazorg

Laat het sieraad zitten, raak zo min mogelijk aan, spoel volgens de instructie van de studio en volg de schriftelijke nazorg die je hebt gekregen. Bij Piercings Works krijg je die instructie mondeling én op papier en per e-mail, zodat de informatie exact hetzelfde is. Wat in dit e-book staat over reinigingsdraadjes hoort niet bij die nazorg.

Dezelfde dag medische hulp bij

- Snel toenemende roodheid, warmte, zwelling of kloppende pijn.
- Pus in combinatie met uitbreidende roodheid of ziek voelen.
- Koorts, koude rillingen of duidelijke malaise.
- Een rode streep vanaf de piercing of snel uitbreidend huidgebied.
- Bij oor- of gezichtspiercing: gehoorklachten, oogklachten of ernstige hoofdpijn.

7. Materiaal en sieraadkeuze tegen geur

Geur is deels een onderhoudskwestie, maar deels ook een materiaalkeuze. Wat je draagt bepaalt hoeveel biofilm zich hecht en hoe snel er corrosieproducten ontstaan.

Keuze	Uitgangspunt	Onderbouwing
Implantaatgeschikt titanium	Corrosiebestendig, nikkelaarm, goed te polijsten.	Sterke professionele consensus; nikkelallergie-onderzoek ondersteunt vermijden van nikkelrijke legeringen.
Massief goud (14k+, nikkelvrij)	Geschikt mits nikkelvrij en goed afgewerkt.	Legering en afwerking bepalen het resultaat, niet het woord "goud".
Vermijden	Onbekende legeringen, verguld of gecoat basismetaleel, poreuze of gekraste sieraden.	Coatings slijten; ruw oppervlak vergroot biofilmhechting en corrosie.
Sluiting	Threadless of intern geschroefd, glad, zonder open spleten.	Minder plaatsen waar materiaal zich verzamelt.
Afwerking	Spiegelglad gepolijst zonder krassen of bramen.	Oppervlakteruwheid is een bekende factor bij biofilmvorming.

Praktisch: een sieraad dat je makkelijk kunt openen en schoonmaken, en dat glad is afgewerkt, blijft merkbaar langer fris dan een decoratief exemplaar met veel spleetjes, zettingen en schroefdraad.

Vraag de studio concreet

- Van welk materiaal en volgens welke norm is dit sieraad?
- Is deze sluiting goed te reinigen?
- Is mijn piercing volgens jou volledig genezen?
- Wat is bij mij een verstandige reinigingsfrequentie?

8. Veelgestelde vragen

Is geur een teken van infectie?

Meestal niet. Geur zonder pijn, roodheid, warmte, zwelling of pus wijst op ophoping van talg, huidcellen en bacteriële afbraakproducten. Komen er wél ontstekingsverschijnselen bij, laat het dan beoordelen.

Waarom ruikt het alleen bij één oor?

Slaaphouding, telefoongebruik, haarval aan één kant, een ander sieraad of een nauwer kanaal kunnen dat verklaren. Verschil tussen links en rechts is heel gewoon.

Mag ik alcohol, peroxide of tea tree oil gebruiken?

Nee. Die middelen zijn irriterend voor huid en epitheel en worden in de moderne piercingnazorg afgeraden. Milde zeep en water voor het sieraad, en zo nodig steriele 0,9% zoutoplossing, volstaan.

Helpt vaker douchen?

Nauwelijks. Water stroomt niet effectief door een nauw kanaal en shampoo-resten kunnen juist achterblijven. Mechanisch reinigen is de sleutel.

Kan ik gewoon een draadje van thuis gebruiken?

Gebruik daarvoor bedoelde, schone reinigingsdraadjes. Naaigaren, tandzijde met smaakstoffen of ruw materiaal kan pluizen, rafelen of irriteren.

Hoe lang kan ik mijn sieraad eruit laten?

Bij oude gaatjes soms uren, soms korter dan je denkt — kanalen kunnen sneller vernauwen dan verwacht. Reinig vlot en plaats het sieraad daarna terug.

Ik zie een witte, kaasachtige prop. Wat is dat?

Meestal een mengsel van talg en dode huidcellen — dezelfde samenstelling als in een verstopte porie. Onschuldig, maar wel de belangrijkste bron van de geur.

Er komt een pijnlijk bultje met stinkende inhoud. Ook gewoon vuil?

Nee, dat kan een cyste of abces zijn. Niet zelf uitdrukken; laat dit medisch beoordelen.

Moet ik dit ook doen bij navel-, tepel- of neuspiercings?

Dezelfde principes gelden, maar sommige kanalen zijn kwetsbaarder of dieper. Bespreek per piercing met je piercer wat verstandig is.

Is er wetenschappelijk bewijs dat reinigingsdraadjes werken?

Niet in de vorm van klinische studies. De onderbouwing komt uit biofilm- en talgonderzoek en uit de analogie met mondhygiëne. Wij presenteren het daarom als verstandige onderhoudspraktijk, niet als bewezen behandeling.

9. Bronnen en grenzen van het bewijs

Er bestaat geen onderzoek dat direct “piercinggeur” meet of reinigingsdraadjes klinisch test. Wat hieronder staat onderbouwt de onderliggende mechanismen: huidvernieuwing, talgchemie, geurvormende bacteriën, biofilm op sieraden, metaalreacties en hygiëne.

Natsch A, e.a. (2003–2006). A specific bacterial aminoacylase cleaves odorant precursors secreted in the human axilla. *Journal of Biological Chemistry* 278(8):5718–5727. Mechanisme van geurvorming uit reukloze voorlopers.

James AG, e.a. (2013). Microbiological and biochemical origins of human axillary odour. *FEMS Microbiology Ecology* 83(3):527–540. Rol van staphylococci en corynebacteriën.

Rudden M, e.a. (2020). The molecular basis of thioalcohol production in human body odour. *Scientific Reports* 10:12500. Identificatie van het bacteriële C-T lyase-enzym.

Byrd AL, Belkaid Y, Segre JA (2018). The human skin microbiome. *Nature Reviews Microbiology* 16:143–155. Talgrijke huidzones en hun bacteriële samenstelling.

Pappas A (2009). Epidermal surface lipids. *Dermato-Endocrinology* 1(2):72–76. Samenstelling van talg, squalen en vrije vetzuren.

Ziegler A, e.a. (2019). Bacterial biofilm on oral piercings: scanning electron microscopy analysis. Biofilmvorming op verwijderde tongpiercings, ook bij asymptomatische dragers.

Costerton JW, Stewart PS, Greenberg EP (1999). Bacterial biofilms: a common cause of persistent infections. *Science* 284:1318–1322. Verminderde gevoeligheid van biofilm voor antimicrobiële middelen.

Donlan RM (2002). Biofilms: microbial life on surfaces. *Emerging Infectious Diseases* 8(9):881–890. Invloed van oppervlakteruwheden en materiaal op hechting.

Von Spreckelsen B, e.a. (2025). Nickel allergy and piercings: a systematic review and meta-analysis. *Contact Dermatitis*. doi:10.1111/cod.14837.

Holbrook J, Minocha J, Laumann A (2012). Body piercing: complications and prevention of health risks. *American Journal of Clinical Dermatology* 13(1):1–17. PMID 22175301.

Sindoni A, e.a. (2022). Health risks for body pierced community: a systematic review. *Public Health*. doi:10.1016/j.puhe.2022.01.035.

RIVM/LCHV. Hygiënerichtlijn voor piercen en Nazorginstructie piercing. rivm.nl/hygienerichtlijnen/piercen

Association of Professional Piercers. Aftercare en Jewelry for Initial Piercings. safepiercing.org — professionele richtlijn, geen klinisch onderzoek.

Eerlijke eindconclusie

- De geur is verklaarbaar: talg, keratine, zweet en cosmetica die door normale huidbacteriën worden omgezet in vluchtige zuren en zwavelverbindingen.
- Biofilm verklaart waarom douchen alleen onvoldoende is; mechanische reiniging is de logische aanvulling.
- Reinigingsdraadjes zijn een verstandige onderhoudspraktijk voor genezen gaatjes, niet een klinisch bewezen behandeling.
- Bij een verse, pijnlijke, gezwollen of mogelijk geïnfecteerde piercing geldt: niet reinigen met draadjes, maar laten beoordelen.
- Dit e-book is voorlichting, geen medisch advies. Een arts stelt de diagnose; je piercer beoordeelt sieraad, kanaal en genezing.

Meer leren over professioneel piercen? piercingcursus.com

Piercings Works Amsterdam • Piercing is forever. Vuil hoeft dat niet te zijn.