



Pflegeanleitung Piercing

Anders als z.B. bei offenliegenden Schnittverletzungen kann Dein Körper keine Kruste über den offenen Stellen bilden, die vor dem Eindringen von Schmutz, Bakterien oder anderen Krankheitserregern schützen. Genau das wird Deine Hauptaufgabe in den kommenden Tagen und Wochen sein.

Halte die Wunde sauber, damit der Stichkanal schnell und problemlos eine dünne aber schützende Hautschicht aufbauen kann!

Eigentlich ist unser Körper mit solch komplexen Systemen ausgerüstet, dass er mit so einer „kleinen“ Piercingverletzung prima alleine klar kommen würde. Eigentlich! Tatsächlich gibt es aber Dinge, die ihm die Heilung erschweren können, und einige Dinge die Du tun kannst, um ihm zu helfen.

Am Piercingtag gilt: lass das Piercing in Ruhe!

Ab dem 2. Tag halte Dich an folgende Regeln:

- Wenig Stress, viel Schlaf, gesunde Ernährung und wenig körperliche Belastung.
- Keine Berührung mit schmutzigen Fingern
- Jede unnötige Berührung vermeiden
- Kein Besuch von Schwimmbädern, Saunen oder Solarien in den ersten 4 Wochen
- Keine Vollbäder, nur Duschen
- Kein Kontakt mit fremden Körperflüssigkeiten (z.B. Speichel, Schweiß, Sperma)
- In den ersten 2 Tagen keine blutverdünnenden Medikamente einnehmen (z.B. Aspirin)
- Keinen unnötigen Druck oder Reibung auf das Piercing ausüben
- Das Piercing während der Heilphase nicht(!) herausnehmen
- Keine übermäßige Pflege

Wie Du Dein Piercing pflegen solltest:

1-2 mal am Tag, am besten morgens und abends, für die nächsten 14 Tage:

1. Schritt

Hände waschen, und das gründlich! Berühre Dein Piercing NIE mit schmutzigen Fingern!

2. Schritt

Sollten sich Krusten um Dein Piercing gebildet haben, weiche diese mit lauwarmem Wasser auf. Danach kannst Du sie mit einem fusselfarmen Tuch (z.B. Kompressen oder Zewa) entfernen. Die Reinigung erfolgt immer von innen nach außen, damit Du die Verunreinigung von der Wunde weg und nicht zur Wunde hin transportierst.

3. Schritt

Trage das Pflegemittel grosszügig auf das Piercing auf und lass es kurz einwirken. Das Piercing NICHT bewegen! Durch die kapillare Wirkung gelangt das Pflegemittel von ganz alleine in den Stichkanal. Bewegungen des Piercings können zu Schädigungen bzw. Reizungen des Wundkanals und seiner Ränder führen. Zudem könnten Bakterien, Schmutz oder Allergene durch die Bewegung in den Wundkanal gelangen.

Bitte beachte, dass es vollkommen ausreicht, diese Pflege 2x am Tag für 14 Tage durchzuführen. Mehr Pflege kann schädlich sein!

Piercings sollten auch nach der Verheilung bei der Körperhygiene mit einbezogen und gereinigt werden.

Das Besondere bei Oralpiercings

Zu Oralpiercings zählen z.B. das Zungenpiercing, Lippenpiercing, Zungen- und Lippenbandpiercing usw.

- nach jedem Essen den Mundraum mit Wasser spülen
- kein Austausch von Körperflüssigkeiten
- auf scharfe, extrem kalte oder heisse Speisen verzichten
- die ersten zwei Tage nicht rauchen!
- vorsichtig essen
- viel trinken, am besten Mineralwasser

Das Besondere bei Haut- und Knorpelpiercings

Zu diesen Piercings zählen z.B. das Bauchnabelpiercing, Augenbrauenpiercing, Helix usw.

- Make-up, Creme und Puder darf nicht in die Wunde gelangen.
- Besondere Vorsicht bei Haarfärbemitteln und Haarspray! Diese dürfen auch auf keinen Fall in die Wunde gelangen.

Das Besondere bei Intimpiercings

Zu Intimpiercings zählen z.B. das Klitorisvorhautpiercing, der Prinz Albert, das Frenum, das Hafada usw.

- in der Abheilzeit keinerlei sexuelle Aktivität
- keine zu enge Kleidung
- atmungsaktive Unterwäsche (keine Synthetik)