



Life & Style

by Melanie Weiß

Pflegeanleitung Piercing

GRUNDLEGENDE TIPPS ZUR RICHTIGEN PFLEGE DEINES FRISCHEN PIERCINGS

Life & Style by Melanie Weiß

Höfener Straße 1 • 75328 Schömberg

Telefon 07084 / 9779971 **Mobil** 0177 / 2955931


E-Mail info@melanieweiss.de

Öffnungszeiten:

Dienstag 9 – 12.30 / 13.30 – 18 Uhr

Freitag 9 – 12.30 / 14.30 – 19 Uhr

& nach Vereinbarung

 [lifestylemelanieweiss](#)

 [lifestylemelanieweiss](#)

www.melanieweiss.de

Wir bieten dir in unserem Studio die bestmöglichen Voraussetzungen dafür, dass du später viel **Freude an deinem Piercing** hast. Du hast jedoch die **Eigenverantwortung**, durch die richtige **Nachsorge** selbst dazu beizutragen – dein Körper wird es dir danken.

Bei **Fragen oder Problemen** wende dich bitte immer gerne an uns!

Alle Piercings sind zunächst **offene Wunden** und durchlaufen daher einen **Heilungsprozess**! Beginnend mit einer kurzen Phase der **Schwellung**, welche je nach Körperpartie variieren kann, folgt eine längerer Phase, in der **beschädigte Zellen erneuert** werden. Während dieser Zeit kann das Piercing etwas verkrustet sein. Nachdem diese beiden Phasen der Heilung durchlaufen sind, ist die Wunde weiterhin **für längere Zeit sehr empfindlich** und sollte in Ruhe gelassen werden, um komplett abheilen zu können. Wir raten dir, den Körper während der gesamten **Regenerationszeit** durch **wenig Stress, viel Schlaf** und **gesunde Ernährung** bei der Wundheilung zu unterstützen.

Je schneller bzw. besser ein Piercing heilt, desto mehr **Reinigung** ist erforderlich, um einer **Infektion durch in der Wunde eingeschlossene Bakterien** vorzubeugen. Bei Piercings mit langen Abheilzeiten kann ein zu häufiges Reinigen jedoch die Wunde irritieren und die Heilung erschweren. Wie genau dies zu handhaben ist, erklärt dir dein Piercer vor Ort. **Gute persönliche Hygiene und Pflege** sind in jedem Fall wichtige Parameter für eine gute Heilung.

Sehr wichtig ist auch, den **Piercingschmuck** nicht eigenmächtig zu wechseln. Wir raten dir dringend, vorher Rücksprache mit deinem Piercer zu halten bzw. den **Schmuckwechsel** bei uns durchführen zu lassen. Denn ein zu früher Wechselzeitpunkt sowie Fehler bei der Handhabung, eine falsche Schmuckform oder -größe, ungeeignete Materialien oder mangelnde Qualität der Oberflächen können in den meisten Fällen zu **Problemen bzw. zu Verlust des Piercings** führen!

DIE GOLDENEN REGELN

für den richtigen Umgang mit dem unverheilten Piercing:

- **Nur mit gewaschenen Händen** berühren – Entzündungsrisiko!
- **Kein Kontakt mit (purer) Seife, Duschgel, etc.!**
- **Keine Kosmetikprodukte wie Creme, Make-up, Puder, Peeling usw.** an die gepiercte Stelle bringen – Gefahr von Irritationen!
- **Niemals mehrere Pflegemittel** gleichzeitig anwenden!
- **Kein Kontakt mit fremden Körperflüssigkeiten** (Speichel, Schweiß, Sperma, usw.)!
- Generell nicht daran „herumspielen“ – auch nicht beim Labret oder Intimpiercing!
- Niemals den Schmuck bewegen, ohne **Verkrustungen** oder sonstige Ablagerungen vorher **sachgemäß entfernt** zu haben (Verletzung der Wundränder)!
- Unnötigen **Druck und Reibung** (durch Kleidung, Gürtel, etc.) an der gepiercten Stelle **unbedingt vermeiden!**
- Für etwa 1 Woche **keine blutverdünnenden Medikamente** (Aspirin, ASS, etc.) einnehmen!
- Für etwa 4–6 Wochen **keine Wannenbäder, keine Sauna, kein Schwimmbad, kein Solarium!**

PFLEGEMITTEL FÜR DEIN PIERCING

Sehr gut geeignet:

- **Salzwasser** – selbst frisch hergestellt (Rezept siehe unten), oder als **isotonische Kochsalzlösung** aus der Apotheke, oder als **steriles Spray** (z.B. Easypiercing, H2Ocean, usw.). Meersalz wirkt entzündungshemmend und antibakteriell. Salzwasser funktioniert auch prima als Mundwasser bei oralen Piercings
- **Kamillenkonzentrat** (für Spülungen oder Bäder)
- **Eiswürfel** zum Kühlen geschwollener Oralpiercings
- **Bromelain-Tabletten** (enthalten Ananas-Enzyme, die vorbeugend gegen Entzündungen & Schwellungen wirken können)

Eingeschränkt geeignet:

- **Octenisept**
- **Ohrloch-Antiseptikum**
- **leichte Schmerzmittel**

Aufgrund des knorpeltoxischen Wirkstoffs Octenidin ist **Octenisept** NICHT geeignet zur Pflege von **Knorpelpiercings** an Ohren oder Nase. Zudem kann es bei längerer Behandlung empfindlicher Bereiche **stark austrocknend** wirken. Für unempfindlichere Stellen wie Surface, Dermal Anchor oder Bauchnabel ist es jedoch geeignet.

Nicht geeignet für tägliche Pflege! Nur nach Absprache mit uns!

- **Wund und Heilsalbe**
- **Tyrosur Gel**
- **Jodsalben**
- **Wasserstoffperoxid**
- **sonstige Salben oder Medikamente**

Diese Mittel und Medikamente können zum Teil sehr wirkungsvoll eingesetzt werden, wenn ein Piercing **Probleme** bereitet, sind jedoch zur Pflege gesunder Piercings völlig ungeeignet.

Salzwasser zu Pflege/Reinigung selbst herstellen:

Du brauchst: Meersalz (ohne Iod- oder Fluoridzusätze), abgekochtes Wasser, etwas Zeit

Anleitung: 9g Salz (ca 2 Teelöffel) auf 1l abgekochtes Wasser – für eine Tasse von ca 250ml also 1/2 TL Salz. Dies entspricht 0,9% isotonischer Kochsalzlösung und ist somit nichts, was der Körper als fremd empfindet. Salz im abgekochten Wasser auflösen und die Lösung auf Trinktemperatur herunterkühlen lassen, dann verwenden.

PFLERGEANLEITUNG FÜR DEIN PIERCING ALLGEMEIN

Reinigung in Ruhe (z.B. abends):

Du brauchst: Salzwasserlösung (selbstgemacht, aus der Apotheke, oder als fertiges Spray), Kompressen.

Anwendung: Die gepiercte Stelle mit der Lösung 5–10 min lang einweichen (Körperteil eintauchen bzw. Kompressen immer wieder in die Lösung tauchen und auflegen, bzw. Produkt aufsprühen). Danach mit handwarmem Wasser nachspülen.

Reinigung schnelle Variante (z.B. morgens):

Du brauchst: eines der oben genannten Pflegemittel, Wattestäbchen (fusselfrei) / Mull / Küchenkrepp

Anwendung: Hände gründlich waschen und mit Sterilium desinfizieren. Die Verkrustung rund um das Piercing mit lauwarmen Wasser

leicht einweichen, um diese mit einem Wattestäbchen / Stück Mullbinde / Küchenkrepp entfernen zu können. Alternativ ein Wattestäbchen oder Stück Küchenkrepp mit Pflegemittel tränken. Damit die Wundränder einweichen und säubern.

Pflege / Desinfektion:

Im Anschluss an die Reinigung etwas Desinfektionsmittel auf beide Einstichstellen auftragen und den Schmuck nur minimal vorsichtig bewegen – den Großteil erledigt hierbei die Kapillarwirkung.

SPEZIELLE ZUSÄTZLICHE PFLEGEHINWEISE & INFOS ZU DEN PIERCINGARTEN IM EINZELNEN

Surface / Dermal Anchor

Zu erwartende Heilungszeit:

Surface 3–4 Monate, Dermal 4–6 Wochen

Während der Heilungsphase **durchgehende flache Aufsätze** tragen und niemals den Schmuck hin und her kippen. **Wechsel** des Schmucks oder der Aufsätze bitte generell bei uns im Studio.

Dermal Anchor: Schmuckwechsel erst nach mind. 3 Monaten, damit der Anker auch fest sitzt.

Rötungen, kleinere blaue Flecken und Schwellungen sind normal und kein gravierendes Problem, sie verschwinden zeitnah.

Hierbei helfen entzündungshemmende und kalte Kompressen.

Salzwasserkompressen sind sehr gut geeignet, um **getrocknete Krusten** zu entfernen, welche allerdings nur minimal entstehen.

Vorsicht dass dein Piercing **nirgends hängenbleibt oder anstößt**, da sonst keine Heilungsprozess eintreten wird und das Piercing dann wieder entfernt werden muss.

Surface: Piercing während der ersten Nächte am besten **vorsichtig abkleben**, um ein Hängenbleiben zu vermeiden.

Brustwarze

Zu erwartende Heilungszeit:

Männer bis zu 12 Monate oder länger, Frauen 3–4 Monate

Die Nachsorge bei einem Brustwarzenpiercing ist sehr einfach, da es bis auf **gute persönliche Hygiene** und ein wenig Geduld keine weitere Pflege braucht außer der links beschriebenen Standardpflege und der Anwendung der „Goldenen Regeln“.

Ein Tipp, falls das Piercing bei der Heilung zu **jucken** beginnt: Eigenurin wirkt hier wahre Wunder!

Bauchnabel

Zu erwartende Heilungszeit:

6–8 Monate, in einigen Fällen weitaus länger

Enge Kleidung, große Gürtel usw. bei einem neuen Piercing unbedingt vermeiden und generell die **Reibung immer so gering wie möglich** halten! Die folgende Irritation kann den Heilungsprozess drastisch verzögern oder sogar ganz stoppen.

Den Bauchnabel **nach dem Duschen** gründlich mit einem Kosmetiktuch trockentupfen, da Nässe das Bakterienwachstum begünstigt.

Beim Sport das Piercing mit einem leichten Verband bzw. großen Pflaster mit Wundaufgabe bedecken und lockere Kleidung tragen.

Nasenflügel (Nostril) / Septum

Zu erwartende Heilungszeit:

Nur wenige Monate

Die Schleimhaut in der Nase begünstigt zwar in ihren Eigenschaften eine **schnelle Abheilung** (dadurch minimaler Pflegeaufwand), ist aber zugleich ein wahrer **Hafen für Bakterien**. **Vorsicht beim Waschen, Pflegen und Schminken** des Gesichtes, damit keinerlei Verschmutzungen bzw. Kosmetikprodukte in das Piercing gelangen und dadurch Irritation oder sogar Entzündungen provozieren.

Nasenflügel: vor allem während der Heilungsphase empfindlich. In Ruhe lassen und kein zu früher oder häufiger Schmuckwechsel.

Bridge / Augenbraue

Zu erwartende Heilungszeit:

Etwa 2–3 Monate

Schmuckwechsel erst nach Abheilung und unbedingt in der **richtigen Größe**. Beide Piercingarten sind dafür prädestiniert, durch Schmuck in der falschen Größe herauszuwachsen.

Knorpel

Zu erwartende Heilungszeit:

Etwa 6–9 Monate

Die **lange Abheilungszeit** erfordert viel Geduld, denn es ist wichtig, den Bereich sauber, trocken und ohne große mechanische Einwirkung zu halten. Kein Stoßen, Stupsen oder Überpflegen.

Selbst der leichte **Druck beim Schlafen** kann während der Abheilung Probleme verursachen. **Seitenschläfer-Tipp:** Lege dich auf ein C-förmiges Reisekissen, mit dem Ohr druckgeschützt in der Mulde.

Kruste darf nicht abgekratzt werden. Am besten das Piercing während des Duschens einweichen und danach die Ablagerung mit einem Wattestäbchen entfernen sowie die Haut trocknen.

Regelmäßige Reinigung mit Salzwasser oder Desinfektionsmittel ist auch ohne Krustenbildung wichtig. Danach vorsichtig trocknen.

Lobepiercing / Lobecut / Ohrläppchen

Zu erwartende Heilungszeit:

Etwa 6–8 Wochen

Nach der Abheilzeit empfehlen wir für weitere 10 Tage tägliche Salzwasserspülungen. Auch nach der vollständigen Heilung solltest du **Tag und Nacht Schmuck tragen**, um ein Schrumpfen oder gänzlich Verschließen zu verhindern.

Lobecut: mindestens 14 Tage warten, bevor du den Schmuck zur Reinigung entfernst. Wichtig: Immer die Krusten wie beschrieben einweichen und entfernen, bevor du den Schmuck bewegst.

Dehnung geplant? Bitte erst nach frühestens 3 Monaten beginnen, und vorher für einen Check-up bei uns vorbeischaun.

Mundbereich

Zu erwartende Heilungszeit:

Etwa 4–6 Monate

Pflegeutensilien: eine alkoholfreie Mundspüllösung oder Salzwasser, Lippenbalsam, eine neue, weiche Zahnbürste.

Abschwellende Maßnahmen: Zerstoßenes Eis im Mund; Salbei- oder Kamillensud oder -extrakt; den Kopf während des Schlafens höher als das Herz positionieren.

Den größeren Erstschnuck nach etwa ca. 2 Wochen durch kleineren Schnuck ersetzen, um **Zahnschäden** zu verhindern.

Zungenbändchen können eine Menge Plaque (Zahnbelag) verursachen – beim Zähneputzen solltest du daher extra gründlich sein.

Lippenbändchen (Smileys) verursachen wenig bis gar keine Arbeit, nehmen es aber übel, wenn man an ihnen zieht oder damit spielt.

Lippe und Labret: Kürzerer Schnuck kann den Erstschnuck schnell ersetzen. **Vorsicht beim Essen:** am Anfang wird der Schnuck gegen Zähne und Zahnfleisch reiben. Bald jedoch wird sich eine kleine Vertiefung bilden, in welcher der Schnuck dann fester sitzt.

Vertikale Labrets (Eskimo) können ein wenig krustig werden und zum Knibbeln verführen. Säubere deine Lippe mit einer weichen, in Salzwasser getränkten Zahnbürste, um Krusten zu entfernen.

Zunge

Zu erwartende Heilungszeit:

Etwa 2–3 Monate

Dieses Piercing ist zwar dafür bekannt, dass es einige Tage geschwollen und unbequem ist, kann aber gut zu handhaben sein. Es ist normal, dass sich deine Zunge am Anfang etwas komisch anfühlt und aussieht, dies wird sich schnell legen. Der Trick dabei ist, alles **langsam** zu machen und aufzupassen, was du isst und tust. Wir raten dir, deine **Zähne** in den ersten 5 Tagen 4 x täglich zu putzen und dabei immer den Mund zu spülen. Du kannst **essen** was du deiner Zunge zutraust. Kaltes, weiches Essen ist am angenehmsten.

Genitalien

Zu erwartende Heilungszeit:

1–12 Monate. Als Regel gilt: Je mehr Haut gepierct wurde, desto länger dauert die Heilung. Vorhaut: ca. 1 M, Appadravya ca. 4–6 M

Intimpiercings sollten mit ein wenig Standardpflege und gesundem Menschenverstand keine Probleme bei der Abheilung bereiten.

Die Blutung des frischen Piercings kann bis zu 48 Stunden andauern. Es ist wichtig, Druck auf die Stelle auszuüben, bis die Blutung stoppt. Bei der anschließenden Reinigung ein wenig Kruste zurücklassen, damit sich die Wunde schließt. **Blaue Flecken, Schwelungen:** sind möglich und verschwinden nach ein paar Tagen.

Reinigung: Trage bequeme Baumwollunterwäsche – nicht zu eng, nicht rutschend – unter luftdurchlässiger Kleidung, dann wird eine warme Dusche täglich ausreichen. Wenn du **vielbeschäftigt** bist, unterstützt zusätzlich eine gelegentliche Salzwasserspülung / Kamillenbad die Heilung.

Geschützter Sex ist sehr wichtig. Ein normales Sexleben kann nach einer Woche oder weniger wieder aufgenommen werden.

Bitte überprüfe vorab, ob **geschraubte Kugeln** sicher und fest sitzen.

Prinz Albert mit Ring: Bitte ein Kondom benutzen, damit sich der Schnuck nur minimal bewegen kann.

Bei Fragen oder Problemen wende dich bitte immer an uns / deinen Piercer. Selbstdiagnosen und entsprechende Maßnahmen führen in den meisten Fällen eher zu einer Verschlechterung.