



Pflegeanleitung: **LIPPE**

Ein frisches Piercing benötigt Ruhe, um zu heilen. Vermeide es, das Piercing mit ungewaschen-enen Fingern zu berühren, daran herum zu spielen, es gegen die Zähne zu schlagen oder da-rauf herum zu kauen.

Für die nächsten zehn bis vierzehn Tage gilt:

Pflege Innen:

-nach jedem Essen (höchstens fünf mal täglich) eine handelsübliche, antibakterielle Mundspülung (z.B. Lysterine, Hexetidine) verwenden. Zusätzlich kann nach Bedarf, z.B. nach dem Rauchen, mit kaltem Kamillientee gespült werden.

Pflege Außen:

Zwei mal am Tag muß das Piercing mit milder, ph-hautneutraler Waschlotion (z.B. Eubos, PH Eucerin, Sebamed) gewaschen werden. Die Verkrustungen vorsichtig einweichen und entfernen. Eventuell mit einem sauberen Handtuch trocken tupfen. Desinfizieren: Schmuckstück mit Octenisept (in Piercingstudios und Apotheken erhältlich) gut einsprühen. Bei Bedarf Wattestäbchen verwenden.

Das Rauchen sollte in der Heilungsphase soweit wie möglich reduziert werden, keinesfalls sollte am Tag des Piercings geraucht werden.

Die folgenden Ernährungseinschränkungen gelten für die nächsten acht bis zehn Tage:

- keine Fruchtsäuren: kein frisches Obst, Fruchtsäfte (wenn, dann stark mit Wasser verdünnt)
- keine stark zuckerhaltigen Lebensmittel (Cola, Limonade)
- keine "splitternden" Lebensmittel (Chips, Cracker, Nüsse, etc.)

Zumindest während der ersten zwei, drei Tage weder Alkohol noch acetylsalicylsäurehaltige Arzneien (z.B. Aspirin, ASS Ratiopharm) einnehmen. Die Schmerzmittel Ibuprofen und Paracetamol (Benuron, Paracetamol Ratiopharm) haben keine blutverdünnende Wirkung.

Keine oralen Kontakte jeglicher Art.

Um der Schwellung entgegen zu wirken, bietet es sich an, die Piercingstelle zu kühlen: z.B. mit kaltem Wasser oder kaltem Kamillientee.

Während mindestens der nächsten zwei Wochen kein Besuch von Saunen, Schwimmbädern, Solarien und Badeseen. Auch von Wannenbädern raten wir ab.

Vermeide direkten Druck auf das Piercing durch z.B. BH, Gürtel, o.ä.

Falls unerwartete Symptome auftreten, z.B.

- starke Schwellung
- Eiter
- Schmuck zu kurz

bitte umgehend das Studio aufsuchen.

Auch ein verheiltes Piercing kann sich ohne Schmuck innerhalb von Stunden schließen, des-halb gilt: Schmuck ständig tragen.

Tipps: Da Zahnbürsten eine Brutstätte für Keime darstellen, empfiehlt es sich, eine neue zu verwenden.

Ein nächtliches hochlagern des Kopfes (ein, zwei zusätzliche Kopfkissen), kann eine morgendliche Schwellung reduzieren.

Streß, Hektik und schlechte Ernährung wirken sich negativ auf die Heilung eines Piercings aus. Drogen und übermäßiger Alkoholkonsum sollten während der Heilungsphase vermieden werden.

Nach zwei Wochen zur Kontrolle ins Studio.