

## **Pflege des Piercings: Zunge**

Dein neues **Zungenpiercing** ist eine offene Wunde! Jede Unsauberkeit kann zu einer Infektion führen!

**Vor jeder Piercing-Pflege erst gründlich die Hände mit Seife waschen!**

In den ersten 2- 3 Wochen sollten alle Infektionsquellen gemieden werden; das heißt vor allem: kein Kontakt mit fremden Körperflüssigkeiten.

Im Rahmen der allgemeinen Körperpflege Kannst Du Deine Zähne wie gewohnt putzen. Danach solltest du den gesamten Mundraum desinfizieren.

Zur Pflege/Desinfektion verwendest Du Dein Octenisept® oder Hexoral® das Du 3 mal täglich ohne Wasser in den Mund gibst, den Mundraum eine Minute spülst und es anschließend ausspuckst. Das Octenisept® oder Hexoral® bitte nicht herunterschlucken! Das Pflegemittel sollte nicht länger als 2 Wochen angewendet werden da es sonst zu einer Verzögerung der Abheilzeit kommen könnte.

Man sollte die Pflege mit Mundspülungen nicht übertreiben, weil dadurch die Mund-Flora zerstört werden kann. Benutze bitte keine anderen als die beschriebenen Pflegemittel.

**Nach dem Zungenpiercing solltest Du mindestens 24 Stunden nicht rauchen.**

Bei Deinem frischen Piercing können Alkohol, Drogen oder schmerzlindernde Medikamente innerhalb der nächsten Tage zu erhöhten Blutungen führen.

Leider musst Du auf bestimmte Nahrungsmittel 2 Wochen lang verzichten, dazu zählen Milchprodukte, wie Milch, Käse, Sahne, Joghurt, Schokolade, Rahmsauce, Mayonnaise, Pudding und Quark. Durch diese Nahrungsmittel könnten Milchsäurebakterien in die Wunde gelangen und so zu einer Entzündung führen.

Auf Obst, Limonaden, Eistee, Zitronentee, Tomaten-sauce und Ketchup solltest Du wegen der Fruchtsäuren und des Zuckers, aber auch wegen der Gewürze ebenfalls verzichten.

Als Getränke kannst Du Mineralwasser oder kalten Kamillentee ohne Zucker zu Dir nehmen. Kartoffeln, Reis, Nudeln oder Brot können Problemlos gegessen werden. Auch die Gläschen mit Babynahrung sind in der ersten Zeit nach dem Piercen sehr zu empfehlen.

Gegen auftretende Schwellungen sind kühlende Maßnahmen sinnvoll.

Kühle Deine Zunge so oft und so lange wie möglich mit Eiswürfeln aus Kamillentee ohne Zucker.

Nach jedem Essen und Rauchen den Mund mit Tee oder Mineralwasser ausspülen.

Die Abheilzeit beträgt ca. 2 bis 4 Wochen, also komme bitte nach 2 Wochen zur ersten Nachkontrolle.

Bei gut verheilter Zunge wird dann ein neuer, kürzerer Stab eingesetzt.

Niemals vergessen: Die Schraubkugeln täglich morgens und abends auf festen Sitz prüfen!

Bitte halte Dich in Deinem eigenen Interesse an diese Pflegemaßnahmen. Sollten einmal Komplikationen auftreten, zögere nicht, Dich mit uns in Verbindung zu setzen.

**Auch bei einem komplett abgeheilten Piercing muss der Schmuck immer getragen werden. Der Stichkanal könnte sich innerhalb von wenigen Stunden soweit verschließen, dass der Schmuck nicht mehr eingesetzt werden kann!**

Sollten noch Fragen oder Komplikationen auftreten, stehe ich jederzeit zur Verfügung.