



## **Pflegehinweise für Piercings:**

### **Für alle Piercings außerhalb des Mundraums empfehlen wir euch drei Mal täglich Folgendes:**

- Hände gründlich waschen, am besten desinfizieren
- Prontolind Pflegespray von beiden Seiten aufsprühen und 1 Minute lang in Ruhe einwirken lassen
- Eventuell entstandene Kruste um das Piercing ist nun aufgeweicht und kann vorsichtig mit einem frischen Kosmetikstäbchen (spitzere Form und fester gespresste Watte) entfernt werden
- Wichtig: das Piercing dabei möglichst nicht bewegen
- Überschüssiges Pflegespray mit einem sauberen, fusselreien Kosmetiktuch abtupfen

### **Generell solltet ihr während der Abheilphase Folgendes beachten:**

- Piercing grundsätzlich am besten nicht berühren und wenn, dann nur mit frisch gewaschenen und bestenfalls desinfizierten Händen
- jeglichen Schmutz / Staub von der Wunde fernhalten
- Reibung, Druck, Hängenbleiben unbedingt vermeiden (für Seitenschläfer empfiehlt sich ein Nackenkissen oder Piercingkissen, damit das Ohr beim Liegen ausgespart wird)
- Schwimmbad, Badewanne, Sauna / Dampfbad, Solarium mind. 4-6 Wochen vermeiden
- Kontakt mit Reizmitteln wie Make-Up, Cremes, Haarspray und frischer Haarfarbe vermeiden
- Bei auftretenden Komplikationen oder Fragen, meldet euch bitte bei uns. Wir helfen euch gerne!

### **Für Piercings im Mundraum (Zunge, Lippen- / Zungenbändchen) gilt:**

- 3x täglich nach den Hauptmahlzeiten mit Prontolind Mundspülung nach Anleitung durchspülen
- nach Zwischen-Snacks sollte der Mund zumindest mit klarem Wasser gründlich durchgespült werden, um Speisereste zu reduzieren
- bei Bedarf gerne zusätzlich mit Prontolind Mundspray frisch machen
- Mindestens 2 Tage nicht rauchen / vaperen
- Milchprodukte und säurehaltige / scharfe Getränke (z.B. Säfte/Energy) und Speisen vermeiden
- Zur schnelleren Heilung und Abschwellung kann die Zunge vorsichtig mit Eiswürfeln aus Kamillentee gekühlt werden (aber bitte nicht übertreiben)

**Für alle Piercings gilt:** Der längere Erststecker sollte nach dem Abheilen und Abschwellen zeitnah durch einen passenden, kürzeren Stecker ausgetauscht werden, damit der Schmuck auch auf Dauer gerade sitzt und nicht schräg verwächst. Komplikationen wie Keloidbildung (Wildfleisch) und Entzündungen werden durch zu langes Tragen von Erstschnuck über die Dauer der Schwellung hinaus begünstigt (z.B. Hängenbleiben!). Wir helfen euch gerne beim Schmuckwechsel und beraten Euch im Rahmen unserer kostenlosen Nachsorge jederzeit gerne bei Fragen und Problemen.

Euer Team vom Nadel NEST :-)