

## PFLEGEANLEITUNG INTIM

- Achte auf Sauberkeit im gepiercten Bereich.
- Ein frisches Piercing darf nicht mit ungewaschenen Fingern berührt werden.
- Vermeide es, den Schmuck zu drehen, zu ziehen, hin und her zu schieben, o.ä.

### Dein Piercing ist kein Spielzeug!

- Halte sämtliche kosmetische Produkte fern (Bodylotion, Sunblocker, Rasierschaum, Enthaarungscremes, Gleitmittel, ...)
- Während der gesamten Abheilungsphase muss der Schmuck ununterbrochen getragen werden.
- Achte darauf, dass dein Piercing immer schön ruhig liegt.

Lass dein Piercing den ersten Tag in Ruhe.

### Ab dem Morgen nach dem Piercen:

- Wasche dir deine Hände gründlich
- **Zwei Mal täglich** solltest du den gepiercten Bereich mit klarem Leitungswasser abspülen und bei Bedarf (hartnäckige Ablagerungen, Verkrustungen oder andere Verunreinigungen) mit Hilfe einer milden ph- neutralen Seife (z.B.: **Sebamed**, Eubos, pH Eucerin) reinigen
- Trockne den Bereich mit einer sauberen Kompresse
- Nimm dir eine saubere Kompresse und benetze diese mit **saline solution** oder einer medizinischen Kochsalzlösung (Apotheke)
- Lege dir die befeuchtete Kompresse auf dein Piercing für **min. 5– max. 10 Minuten**.
- Zum Schluss solltest du das gepiercte Areal mit einer sauberen Kompresse trocknen.

### Tipp: Kochsalzlösungstauchbäder

Anstelle der feuchten Kompresse nimmst du dir einen kleinen Becher, füllst ihn mit Kochsalzlösung und stülpst diesen über dein Piercing. Auch hier solltest du zwischen 5-10 Minuten Einwirkzeit einhalten und das Areal am Ende trocknen.

Da Urin eine heilungsfördernde Wirkung besitzt, empfiehlt es sich, bei Piercings, die mit Urin in Kontakt treten, viel zu trinken. Allgemein unterstützt ausreichend Wasser trinken die Wundheilung.

**Sowohl** Octenidin und Polyhexanid (enthalten unter anderem in Produkten wie Octenisept, Prontolind) wirken sich negativ bzw. toxisch auf die Wundheilung im Knorpelgewebe aus!

**Wir empfehlen KEINE** Desinfektion, da diese sowohl die körpereigenen und wichtigen Bakterien abgetötet als auch die sich neu bildenden Zellen aus der Wunde gespült werden und sich somit die Wundheilung verlangsamt.

Benutze bitte keine Desinfektionsmittel oder Salben und niemals mehrere Pflege- oder Desinfektionsmittel auf einmal!

**Verzichte min. sechs Wochen** auf Sauna, Solarium, Schwimmbäder, Badeseen, Meer und Vollbäder.

**Die ersten 2-3 Tage nach dem Piercen** können, bei Einnahme von Blutverdünnern wie Aspirin (Acetylsalicylsäure basierten Schmerzmitteln) und dem Genuss von Alkohol, Nachblutungen auftreten!  
Die Schmerzmittel Ibuprofen und Paracetamol stellen keine Gefahr dar.

### Zu vermeiden:

In den ersten **\_\_ Wochen** ist Geschlechtsverkehr zu unterlassen; in den folgenden **\_\_ Wochen** sollte, auch in monogamen Beziehungen, ein Kondom verwendet werden. Wenn's weh tut aufhören.

Beziehe dein Bett frisch und solltest du Haustiere haben, halte diese von deinem Schlafplatz fern.

Vermeide direkten Druck auf das Piercing z.B. durch zu enge Kleidung. Verzichte ebenfalls zunächst auf Spitzenunterwäsche und nutze welche mit hohem Baumwollanteil.

**Falls unerwartete Symptome auftreten**, z.B. starke Schwellung, zu kurzer Schmuck und / oder andere Unannehmlichkeiten, **bitte umgehend eine Problembehandlung über unsere Homepage buchen und das Anliegen kurz schildern**. Am **Sonntag und Montag** erreichst du uns bei **Notfällen über Instagram und facebook**.

**Sobald die Schwellung vorüber ist, sollte (je nach Stelle) ein passenderes Schmuckstück eingesetzt werden**. Schmuckwechsel sollten zunächst im Studio vorgenommen werden!

Wir empfehlen dir, auch bei verheiltem Piercing, durchgehend Schmuck zu tragen, da sich der Stichkanal sehr schnell zusammenziehen kann.

Bitte bedenke, dass die Abheilungszeiten nicht allgemein gültig sind. Druckbelastungen, Stress, Hektik, schlechte Ernährung & die falsche Pflege können zu längeren Abheilungszeiten führen.

Abheilungszeiten in Monaten							
weibliche Anatomie				männliche Anatomie			
KVH	1-2	Innere Labien	2-3	Pubic	6	Prinz Albert	2-3
KVV	1-2	Äußere Labien	3-6	Dydoe	3-6	PA reverse	4-6
Triangle	2-3	Fourchette	2	Ampallang / Apadravya	6-8	Hafada / Guiche	3-4
				Frenum	2-4		