

## PFLEGEANLEITUNG KÖRPER (Bridge, Augenbraue, Brust, Bauchnabel, Christina, Surface, Dermal Anchor)

### Dein Piercing ist eine Wunde und kein Spielzeug!

- Achte auf Sauberkeit: ein frisches Piercing darf **nicht** mit ungewaschenen Fingern berührt werden!
- **Vermeide** es, den Schmuck zu **bewegen** (drehen, zu ziehen, hin und her zu schieben, o.ä.)
- Halte **Druck fern!** (BH, Gürtel, High Waist Hose, Lack-Kleidung, Schlafbelastungen o.Ä. Bauchschläfer\*innen sollten bei Brust und Bauchnabelpiercings vorerst auf der Seite oder dem Rücken schlafen, der Stichkanal kann wandern!)
- Halte **sämtliche kosmetischen Produkte fern** (Seife, Haarfarbe, Shampoo, Schminke & Abschminktücher, Sonnencreme, Parfüm,)
- Während der gesamten Abheilungsphase muss der **Schmuck ununterbrochen getragen** werden.
- **Verzichte** min. sechs Wochen auf **Sauna, Solarium, Schwimmbäder, Badeseen, Meer und Vollbäder** (auch Spritzwasser kann dem Piercing gefährlich werden, weswegen wir davon abraten, „nur bis zu den Knien ins Wasser zu gehen“)
- **beziehe dein Bett frisch & regelmäßig neu**
- **Haustiere** gehören während der Abheilung nicht ins Bett (auch nicht ans Fußende!)

### Ab dem Morgen nach dem Piercen, zwei Mal täglich bis zur vollständigen Abheilung:

- Wasche dir deine Hände gründlich
- den gepiercten Bereich mit klarem Leitungswasser abdschen (für einige Minuten, verkrustete Areale weichen auf)
- **entferne Verkrustungen** sorgfältig & trockne dein Piercing
- benetze eine neue Kompresse mit **steriler Kochsalzlösung**
- lege dir die befeuchtete Kompresse auf dein Piercing für **min. 5– max. 10 Minuten**.
- ein anschließendes **Trocknen** ist sehr wichtig

### **Tipp: Kochsalzlösungstauchbäder**

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

**Falls ein Pflaster verwendet wurde**, sollte dies am folgenden Tag entfernt und mit der Pflege begonnen werden. Bei einem oder mehreren Dermal Anchor nach 24h das Pflaster entfernen und dann zwei Mal täglich wechseln für die ersten zwei Wochen, ab der dritten Woche nur noch ein Pflaster zum Schlafen tragen.

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

Bitte nutze **kein Octenisept, Prontolind, Tyrosur o.Ä.**, nutze **keine Salben** oder mehrere Mittel auf einmal.

Alle Änderungen der Pflege sollten immer mit deinem Piercing-Studio abgesprochen werden.

**Die ersten zwei bis drei Tage** nach dem Piercen können Nachblutungen auftreten! Bitte vermeide Blutverdünner sowie blutverdünnende Schmerzmittel (Bsp: Aspirin, Paracetamol und Ibuprofen sind in Ordnung) und den Genuss von Alkohol.

Die Schmerzmittel Ibuprofen und Paracetamol stellen keine Gefahr dar.

**Bei Nippelpiercings** empfehlen wir BHs ohne Spitze mit hohem Baumwollanteil. Solltest du deine BHs nicht täglich wechseln, besorg dir Stilleinlagen, welche du zwei Mal täglich wechselst. Achte auch darauf, dass du deine Brust immer so in den BH legst, dass der Schmuck gerade liegt.

**Falls unerwartete Symptome auftreten**, starke Schwellung, zu kurzer Schmuck oder Eiter, **bitte umgehend einen Termin zur Problembehandlung buchen**. An **Sonn- und Montagen** erreichst du uns im **Notfall über Instagram**.

**Je nach Stelle**, bitten wir dich, uns nach **3-6 Wochen Bilder** zu senden, wir geben dir dann eine Rückmeldung über die Heilung. Es ist sehr wichtig, dass **nach der Schwellung ein passenderes Schmuckstück** (nicht bei Surface und Dermal Anchor) eingesetzt wird. Ein **zu langer Stab reizt den Stichkanal unnötig** und kann diesen sogar **verschieben!**

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

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

ABHEILUNGSZEITEN IN MONATEN				PFLASTERZEITEN			
<b>Bauchnabel</b>	9-12	<b>Bridge</b>	9-12	<b>Bauchnabel</b>	nur bis zum ersten Morgen	<b>Surface</b>	nur bis zum ersten Morgen
<b>Brust</b>	9-12			<b>Brust</b>	nur bis zum ersten Morgen		
<b>Surface</b>	12-18	<b>Venushügel</b>	6-9	<b>Dermal Anchor</b>	1. – 14. Tag		min. 2x tgl.
<b>Dermal Anchor</b>	3-4	<b>Augenbraue</b>	2-4		15. – 21. Tag		nachts