

## **Pflegeanleitung für Oral Piercing**

### *Zusatztipps für Oralspiercings*

*Zunge, Zungenbändchen, Lippenbändchen, Lippe (Labret, Medusa, Madonna...)*

- *nach dem piercen mindestens drei Stunden nicht rauchen. Gern länger ;) !*
- *vermeide sehr heiße, scharfe, (Chilli...) saure (Zitrone, Tomate, Orangensaft, Essig) und sehr kalte Speisen und Getränke*
- *spül den Mund nach dem Essen oder Trinken mit Wasser, Kamillentee oder mit Wasser verdünnter Mundspülung aus*
- *Vorsicht beim Abbeißen und kauen! Du könntest auf den Schmuck beißen oder hängen bleiben weil Du Dein neues Piercing noch nicht gewohnt bist und der Schmuck am Anfang etwas länger sein muss.*
- *wenig reden und nicht mit dem Piercing herumspielen!*
- *Kein Kontakt mit fremden Körperflüssigkeiten (Sperma, Blut, Schweiß, Speichel - auch nicht küssen).*

### *Extra Informationen für die Zunge:*

#### *Pflege:*

- *Um Deine Zunge zu kühlen weil sie anschwillt, kannst Du Dir Eiswürfel aus Kamillentee machen und diese lutschen. Aber gönne Deiner Zunge Pausen und lass sie nicht zu sehr unterkühlen.*

### *Symptome bei einem frischen Zungenpiercing:*

- *Runterschlucken kann Dir erst mal sehr Mühsam vorkommen.*
- *Durch die Schwellung kann es sein dass die Zähne Abdrücke an den Rändern der Zunge hinterlassen. Sie verschwinden wieder, sobald die Schwellung zurück gegangen ist.*
- *Manchmal kommt es zu leichten Halsschmerzen mit einem frischen Zungenpiercing. Das kann eine Art Muskelkater vom Herausstrecken sein und/oder auch durch die Schwellung entstehen.*
- *Nach ein paar Tagen wird sich ein weißer Belag auf der Zunge bilden. Das ist normal! Ja, er sieht gar nicht schön aus, geht aber spätestens nach 10-14 Tagen von selbst wieder weg!*
- *Spaghetti können sich am Anfang durchaus mal um das Piercing wickeln. Oder eine Minibrezel legt sich über die obere Kugel. Zur Not einfach mit sauberen Fingern entwirren ;)*

*Wenn der Belag weg ist kannst Du zum Steckerwechsel vorbei kommen.*