



Pflegeanleitung Zungenpiercing

Wenn Du das Gefühl hast Dein Piercing heilt nicht normal, komm bitte als erstes unbedingt zu **mir** ins Geschäft!

normale Symptome bei einem frischen Zungenpiercing:

- Runterschlucken kann Dir erst mal sehr mühsam vorkommen.
- Du kannst am Anfang Schwierigkeiten haben die untere Kugel des Piercings über die unteren Zähne zu heben.
- 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.
- Auch bei einem Zungenpiercing kann Wundsekret austreten.
- 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 2-3 Wochen 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 ;)
- Nimm das Piercing nicht heraus.

Führe in den ersten 3 Tagen nach dem Piercen, keine starken körperlichen Belastungen aus (Sport, Umzüge, ausgeflippt tanzen...)!

Verhalten und Pflege in den ersten 14 Tagen:

- 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, wegen der möglichen Schwellung, lang sein muss.
- 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, Wasser, verdünnter Mundspülung ohne Alkohol oder Meersalzwasserlösung (bio ohne Jod) aus.
- Den Tee kannst Du warm oder kalt anwenden und überall mit hin nehmen. Praktisch ist, dass Du ihn herunterschlucken kannst und nicht ausspucken musst. Das ist besonders nützlich wenn Du gerade kein Waschbecken in der Nähe hast und z.B. unterwegs etwas isst! ;)
- Wenig reden und nicht mit dem Piercing herumspielen!
- Unnötiges Berühren unbedingt vermeiden.
- Nicht ins: Solarium, Schwimmbad, Sauna, Dampfbad, Wannenbad oder in die Sonne gehen.
- Kein Kontakt mit fremden Körperflüssigkeiten (z.B. Speichel, Sperma, Schweiß, Blut, nicht küssen ...)
- In den ersten 2 Tagen keine blutverdünnenden Medikamente (z.B. Aspirin) und keinen Alkohol zu dir

Viele nützliche Informationen Tipps findest Du auf meiner Website www.frolleinm.de Ich empfehle: FAQ's häufig gestellte Fragen und Frollein M's Blog.

Schmuckwechsel nach 3-5 Wochen:

Je nach individueller Konstitution und eventuellen Komplikationen, kann es mehrere Wochen oder Monate dauern bis du den Schmuck wechseln kannst. Auf einen kürzeren Stab kannst Du wechseln wenn:

Der weiße Belag fast ganz verschwunden ist, die Abdrücke der Zähne am Zungenrand fast gar nicht mehr auftreten, die Zunge also gut abgeschwollen, nicht schmerzhaft, gerötet oder ähnliches ist.

Du kannst bei mir Schmuck kaufen und/oder bestellen. Der Schmuckwechsel ist bei, bei mir gekauftem Schmuck, immer gratis und du bezahlst kein Porto. Ich bestelle für dich unterschiedliche Größen. Was passt nimmst du mit, die anderen Schmuckstücke wandern in die Vitrine.