



Piercingpflege und Verhaltensregeln:

Finger weg am ersten Tag. Kurz nach dem Stechen sollten Sie Ihr Piercing erst einmal in Ruhe lassen. Weiteres an der Wunde wischen und sprühen irritiert die Haut nur zusätzlich. Den Heilungsprozess können Sie in den nächsten vier Wochen durch diese Maßnahmen unterstützen:

- viel Schlaf
- Sportverzicht (Schweiß stört die Wundheilung)
- Stressvermeidung
- keinen Alkohol
- kein Solarium
- keine Sauna

Fassen Sie das Piercing keinesfalls mit ungewaschenen Händen an und vermeiden Sie Kontakt zu fusseligen Stoffen oder solchen, in denen sich das Piercing verheddern kann.

Auch bei sexuellem Kontakt ist Vorsicht geboten, vor allem bei Piercings im Intimbereich (eigentlich logisch...). Neben den schädlichen und schmerzhaften Auswirkungen der Reibung, können fremde Körperflüssigkeiten zu Infektionen der Wunde führen. Wildes Schmusen mit neuem Lippen- oder Zungenpiercing ist daher eher kontraproduktiv, um die Heilung voranzutreiben...

Vorsicht mit bestimmten Medikamenten!

Um Blutungen zu vermeiden, sollten am Tag des Stechens sowie drei Tage danach keine blutverdünnenden Medikamente eingenommen werden. Dazu zählen zum Beispiel Präparate mit Acetylsalicylsäure.

So heilt die Wunde rasch

Nachdem Sie das Piercing am ersten Tag komplett in Frieden gelassen haben, sollten Sie die Wunde am nächsten Morgen reinigen. Dazu muss der Schmuck nicht aus dem Loch genommen werden. Im Idealfall gehen Sie wie folgt vor:

- **Schritt 1:** Die Hände gründlich waschen und desinfizieren.
- **Schritt 2:** Falls sich eine Kruste gebildet hat, entfernen Sie diese mit lauwarmem Wasser von innen nach außen. Verkrustungen sollten keinesfalls in den noch frischen Wundkanal eingebracht werden.
- **Schritt 3:** Das von uns erhaltene Pflegemittel auf und um das Piercing auftragen und eine Minute einwirken lassen. Das Piercing dabei möglichst nicht bewegen.
- **Schritt 4:** Überschüssige Pflege mit einem Taschentuch abtupfen.

Dass das Piercing gedreht werden muss, damit sich keine Kruste bildet, ist übrigens ein Mythos. Berühren Sie den Schmuck so wenig wie möglich. Aufgrund der Kapillarkräfte gelangt das Pflegemittel auch in den Wundkanal, selbst wenn es nur auf und um das Piercing geschmiert/gesprüht wird. Es reicht, wenn Sie die Wunde zweimal täglich säubern.