



Pflegeinformationen Zungen Piercing

Beachte unbedingt die folgenden Punkte, um unerwünschte Nebenwirkungen zu vermeiden. Falls du Fragen hast, so melde dich umgehend bei uns!

Verheilungszeit

3-6 Wochen. Nachdem die Zunge während 2-3 Tage stark anschwellen und Schmerzen verursachen kann, verheilen Zungen Piercings im Normalfall nach Rückgang der Schwellung schnell.

Hände waschen

Das Piercing (wenn überhaupt) nur mit gewaschenen Händen berühren. Kein Kontakt mit Tabakfingern oder durch fremde Hände.

Schwellung

Um die Schwellung abzuschwächen kannst du Eiswürfel lutschen (am besten aus Kamillentee oder Salbeitee) und von Anfang an viel kaltes, stilles Wasser trinken.

Mundhygiene

Pflege deinen Mundbereich während den ersten 10 Tagen morgens und abends mit einer desinfizierenden Mundspülung: z.B. mit Kamillosan Liquidum oder einer Zahnpflege-Mundspülung.

Nach dem Essen und Trinken kannst du den Mund z.B. mit Kamillentee, Salbeitee oder stillem Wasser ausspülen. Beschränke dich in der Anwendung von Mundspülung auf morgens und abends nach dem Zähneputzen und verwende die natürlichen Spülungen tagsüber.

Essen

Während den ersten 10 Tagen unbedingt auf rohe Milch, Joghurt und Joghurt drinks, Rivella und Redbull verzichten. Versuche des Weiteren, auf saure, scharfe und zu heisse Esswaren zu verzichten. Die Nahrungsaufnahme kann mit geschwollener Zunge ein wenig umständlich sein, zerkleinere daher die Speisen und nimm dir Zeit beim Essen. Sollte dir die Nahrungsaufnahme Schmerzen bereiten, kannst du immer noch auf pürierte und weiche Speisen umstellen.

Alkohol & Tabak

Unbedingt während 10 Tagen auf Alkohol und Tabak verzichten. Falls du trotzdem rauchst, anschliessend den Mundbereich mit Kamillentee, Salbeitee oder stillem Wasser ausspülen.

Zungenküsse & Oralsex

Während der ersten 2 Wochen auf Zungenküsse und Oralsex verzichten.

Arbeit & Sport

In der Regel kannst du mit deinem neuen Piercing gleich wieder arbeiten. Bei „sehr kommunikativer“ oder staubiger Arbeit empfiehlt es sich, zuerst 2-3 Tage zu ruhen. Auch für sportliche Aktivitäten empfehlen wir eine Pause von 2-3 Tagen.

Sprechen

Das Sprechen ist im Normalfall kein Problem. Da die Zunge während 2-3 Tage anschwellen kann, empfehlen wir dir trotzdem, der „Vielrederei“ eine kurze Pause zu gönnen. Achte aber darauf, dich klar zu artikulieren, damit du dir nicht unnötigerweise das Lispeln angewöhnst.

Kontrolle & Kürzen des Piercings

Komm nach ca. 1 Woche bei uns vorbei. Wir werden dein Piercing kontrollieren und kürzen. Dasselbe führen wir nochmals nach ca. 2 Wochen durch.

Erster Schmuckwechsel

Der erste Schmuckwechsel sollte nicht vor der Verheilung vorgenommen werden. Wir wechseln dir den Schmuck gerne nach 6 Wochen. Normalerweise kannst du dann dein Piercing selbstständig auswechseln.

Piercingaufsätze

Im Mund können sich Piercingaufsätze mit der Zeit verfärben oder ablösen. Dies ist ein natürlicher Vorgang und wir übernehmen keine Haftung dafür.