

## nach Zahnentfernung & Operationen

**Bitte beachten Sie die folgenden Hinweise nach einer einfachen Zahnentfernung oder Operation. Je nach Behandlungsumfang gelten im Einzelfall die folgenden Hinweise mehr oder weniger.**

**Blutungsgefahr:** Keine körperliche Anstrengungen: Nachblutungsgefahr. Nicht viel bücken oder heben. Mit der Zunge nicht an der Wunde herumspielen oder das Blutgerinnsel herausaugen/ -spülen, denn es kann zu Nachbluten kommen. Wenn der Knochen nicht durch das Blutgerinnsel geschützt ist, entzündet er sich und verursacht starke Schmerzen. Bei Nachblutung gut 20 Minuten auf einen Tupfer beißen.

**Essen:** Essen Sie maximal lauwarm und erst, wenn die Betäubung nachgelassen hat & das Gefühl vollständig zurückgekehrt ist, damit Sie sich nicht verletzen. **Diabetiker** sollten allerdings ihren Diätplan einhalten und die notwendigen Broteinheiten vorzugsweise breiartig bis flüssig zu sich nehmen.

Bitte keine Mohn-, Kümmelbrötchen oder Müsli essen, da Körner sich in der Wunde festsetzen und zu Entzündungen führen können – schwerkraftbedingt natürlich besonders bei Wunden im Unterkiefer. Ein bis zwei Tage lang ist nur weiche und nicht zu warme Kost empfohlen. Keine Mehl- und Milchspeisen!

**Kein Alkohol und nicht rauchen:** **Rauchen** führt regelmäßig zu erschwerter Wundheilung.

**Schlafen:** Beim Schlafen während der ersten beiden Tage den Kopf ggf. höher lagern. Da blutiger Speichel aus dem Mund fließen kann, Bettwäsche schützen (z.B. einen Handtuch auf den Kissen auflegen).

**Zahnpflege:** Zahnpflege sorgfältig weiter betreiben. Den unmittelbaren Wundbereich vorsichtig reinigen. Nähte und Wundbereich nicht berühren. Ggf. superweiche Zahnbürste verwenden (z.B. von TePe).

**Spülen:** Häufiges Spülen schadet. Saugen Sie nicht an der Wunde. Spülen Sie zunächst nur lauwarm z.B. nach dem Essen und dem Zähneputzen. Sie können Salz oder Kamillenlösung hinzufügen.

**Schwellung:** Um eine Schwellung zu vermeiden kühlen Sie das Wundgebiet nach einer Operation zwei bis drei Stunden intermittierend. Dabei das Wundgebiet aber nicht „vereisen“: nach wenigen Minuten milder Kälteeinwirkung kurz aussetzen, dann erneut kühlen. Legen Sie dazu am besten im Wundbereich ein Kühlkissen auf die Wange. Gut sind auch zerstoßene Eiswürfel in einem Plastikbeutel oder in eine Wärmflasche gefüllt. Zwischen Kühlkissen und Wange bitte ein leicht feuchtes Tuch legen. Innerhalb der ersten zwei Tage keinesfalls Wärme anwenden.

**Nachblutung:** Sollten Nachblutungen auftreten, legen Sie einen Mulltupfer, ein frisch gebügeltes Stofftaschentuch oder Papiertaschentücher (einer NEUEN Packung entnommen, gewässert und ausgedrückt) auf die Wunde und beißen so zu, dass etwas Druck auf die Wunde ausgeübt wird. Sie sollten sich nicht hinlegen, sondern (auf-)setzen. Wenn die Blutung nicht zum Stehen kommt oder wiederholt auftritt, so kontaktieren Sie schnell die Praxis, den Notfall-/ Sonntagsdienst oder das Krankenhaus. Blutgerinnsel keinesfalls fortgesetzt ausspülen, -saugen oder -spucken!

**Schmerzen:** Schmerzen im Wundgebiet sind nach Abklingen einer Betäubung normal. Sie können bei Bedarf Schmerzmittel einnehmen aber KEINE AcetylSalicylSäure-haltige Mittel (ASS/ Aspirin). Treten allerdings zunehmende Schmerzen erst nach zwei bis drei Tagen auf, so melden Sie sich bitte schnellstmöglich zur Nachbehandlung, da sich dann meist eine zunehmende Entzündung der Wunde abzeichnet.

**Kontrolltermin:** Kommen Sie zu vereinbarten Kontrollterminen, denn die Nachsorgen sind notwendig.

**Autofahren:** Bitte nach operativen Eingriffen nicht selbst mit dem Fahrzeug nach Hause fahren. Ihre Fahrtüchtigkeit kann nach Operationen, insbesondere wenn Sie zusätzliche Medikamente erhalten haben (z.B.: Sedierung, Narkose), auch in den nächsten Tagen herabgesetzt sein.

**Tupfer:** Wurde ein Tupfer auf die frische Wunde gelegt, müssen Sie ihn durch Aufbeißen festhalten und nach einer viertel- oder halben Stunde, bei starkem Bluten ggf. erst nach einer Stunde ausspucken.

**Wenn** Sie die Prothesen oder Wundplatten als Wundschutz tragen sollten, sind diese nur kurz zum abspülen zu entfernen und wieder einzusetzen. Eine zwischenzeitliche Schwellung kann sonst die Passung der Prothese/ der Wundplatte verhindern und das Einsetzen schmerzt.

**Wurde** bei Ihnen eine behandlungsbedingte Verbindung zwischen Mund- und Nasenhöhle verschlossen, sollten Sie nicht schnäuzen und die Nase nur vorsichtig abwischen. Hüten Sie sich vor Erkältungen. Beim Niesen oder Husten den Mund dringend offen halten, damit kein Überdruck entsteht.

**Verordnete Medikamente** nehmen Sie bestimmungsgemäß ein – für den Heilerfolg ist es wichtig. Sollte eine Allergie (z.B. Ausschläge, Juckreiz, Schwellungen am Körper, Luftnot, ff) auftreten, setzen Sie das Medikament ab und melden sich gleich bei einem Arzt/ oder im Krankenhaus.

**Ich wünsche Ihnen gute Besserung!** Mit freundlichem Gruß,

Dr. András Csögör