



Verhaltensregeln nach Zahnentfernung und chirurgisch-implantologischen Eingriffen.

Sehr geehrte/er Patient/in,

wir haben für Sie einige Tipps zusammengestellt, die Ihnen unnötige Schmerzen ersparen sollen und für eine schnelle Wundheilung hilfreich sind.

Wattetupfer:

Wenn Sie zur Blutstillung einen Wattetupfer auf die Wunde bekommen haben, sollten Sie ca. 30 Minuten auf diesen beißen

Nicht spülen:

Die Wunde verschließt sich zunächst mit einem Blutpfropf. Wird das Blut durch ständiges Mundspülen oder ausspucken verdünnt, kann sich der Wundpfropf nicht ausbilden und die Wunde nicht heilen.

Trinken:

Anregende Getränke meiden. Heute keinen Kaffee, schwarzen Tee oder Alkohol.

Essen:

Erst nach Wiederkehr des vollen Gefühls, frühestens nach 2 Stunden. Scharf gewürzte und heiße Speisen sowie Milchprodukte meiden.

Rauchen:

Heute gar nicht! Kann den Blutpfropf auflösen und somit zu einer Wundheilungsstörung führen!

Anstrengung:

Die ersten 1-2 Tage nach dem Eingriff sollten körperliche Anstrengungen vermieden werden, da die Gefahr einer Nachblutung durch den erhöhten Blutdruck steigt (nicht bücken, nicht heben, keinen Sport).

Autofahren:

Sollte die ersten 2-3 Stunden nach dem Eingriff vermieden werden, da die Reaktionsfähigkeit herabgesetzt ist.

Kühlen:

Nach dem Eingriff sollte die betroffene Mundpartie gekühlt werden. Dadurch werden die Gefäße verengt. Das vermindert den Druck und die Schwellung. Aber bitte: nicht zu viel des Guten! Legen Sie von außen kalte feuchte Umschläge oder ein kleines Kühlkissen auf die betroffene Mundpartie. Abwechselnd zehn Minuten kühlen und zehn Minuten pausieren, Vermeiden Sie in den beiden ersten Tagen zudem Wärme, sowie direkte Sonneneinstrahlung.

Schmerzen:

Nach dem Abklingen der Betäubung ist mit einem Wundgefühl zu rechnen. Sie können dann eine Schmerztablette wie Ibuprofen oder Paracetamol einnehmen. Bitte keine blutverdünnenden Mittel wie Aspirin

Temperatur:

Sollte die Körpertemperatur über 38,5°C steigen, ist dies ein Anzeichen für eine Wundinfektion und ein Grund, erneut die Praxis zu kontaktieren.

Blutungen:

Können in geringem Umfang nach Zahnentfernungen vorkommen und sind i. d. R. ungefährlich. Bei anhaltenden Blutungen sollten Sie für 30 Minuten fest auf ein zusammengefaltetes Stofftaschentuch beißen. Dabei sollten Sie sich nicht flach hinlegen, sondern den Kopf möglichst hoch lagern.

Mundpflege:

Die Wunde selbst vorsichtig reinigen, sonst normale Mundhygiene. (Ggf. mit einer chlorhexidinhaltigen Mundspüllösung spülen)

Wir wünschen Ihnen gute Genesung!

Ihr Praxisteam Dr. Jan Grabowski