

## Informacja i pouczenie dot. postępowania po usunięciu zębów i innych zabiegach chirurgicznych

### Przed zabiegiem należy:

- starannie wyszczotkować zęby
- przepłukać jamę ustną płynem antyseptycznym
- zgłosić się w stanie dobrego zdrowia (bez przeziębienia, opryszczki itp.)
- przez dwie doby nie spożywać alkoholu
- przez dwie godziny nie palić tytoniu
- w przypadku kobiet – zgłosić się bez miesiączki
- odstawić przyjmowanie przeciwkrzepliwych leków (rozrzedzających krew), na czas uzgodniony z lekarzem prowadzącym leczenie Pacjenta.

### Po zabiegu należy:

- uciskać tamponem ranę poekstrakcyjną przez 30 minut (zagryźć opatrunek)
- profilaktycznie stosować zimne okłady zewnętrzne
- po 2 godzinach można spożyć lody („czyste” – bez bakalii)
- nie spożywać pokarmów stałych przez co najmniej 5 godzin
- nie szczotkować zębów w okolicy rany poekstrakcyjnej przez 2 – 3 dni
- w przypadku licznych ekstrakcji, implantacji oraz złożonych zabiegów chirurgicznych zrezygnować ze szczotkowania zębów przez 1 dobę
- nie stosować żadnych płukanek przez 1 dobę
- nie spożywać drażniących, twardych czy gorących pokarmów, a także unikać spożywania potraw kleistych, drobnoziarnistych i zawierających nasiona (np. mak, sezam) przez 2 – 3 dni
- po upływie doby od zabiegu można płukać jamę ustną na przemian: letnim naparem rumianku, szalwii i płynem antyseptycznym (np. preparatem Eludril lub innym o podobnym działaniu), przez 3 – 5 dni
- po wypłukaniu delikatnie nałożyć na okolicę operowaną żel antyseptyczny
- pierwszą noc po zabiegu przespać na „wysokiej poduszce”
- prowadzić oszczędzający tryb życia przez co najmniej 2 dni (wysilek fizyczny może prowadzić do nadmiernego krwawienia i bólu)
- nie spożywać alkoholu (w jakiegokolwiek postaci) przez co najmniej 7 dni
- nie palić tytoniu przez co najmniej 3 dni (całkowite zaniechanie palenia wymagane jest od Pacjentów, którym wszczepiono implanty)
- dopiero po 24 godzinach ponownie przyjmować leki przeciwkrzepliwie przez osoby, których to dotyczy
- zażywać leki według zaleceń lekarza
- 

### Ból

Po ekstrakcji i innych zabiegach chirurgicznych może wystąpić ból, który można uśmierzyć środkami przeciwbólowymi, z wyjątkiem zawierających aspirynę (koniecznie należy przeczytać ulotkę). Po trudnej ekstrakcji lub rozległym innym zabiegu chirurgicznym ból może utrzymywać się długo. Jeżeli jednak nie ustąpi po 2 – 3 dniach od zabiegu, należy zgłosić się do Centrum. Przyczyną takiej dolegliwości po ekstrakcji zęba może być tzw. **suchy zębodół** lub inne powikłania wymagające pomocy lekarskiej.

## Obrzęk

Po zabiegu chirurgicznym – szczególnie po implantacji – czasem występuje obrzęk, który może trwać nawet kilka dni. Aby mu zapobiec, należy bezpośrednio po zabiegu zastosować zimne okłady i ewentualnie zażywać leki przeciwobrzękowe (np. Aescin). Jeżeli obrzęk połączony jest z trudnościami w otwieraniu ust (tzw. szczękościsk) i nie ustępuje po 36 godzinach, należy dla odmiany stosować ciepłe okłady. Zalecamy zaopatrzyć się w saszetkę żelu „ciepło-zimnego” (do nabycia w aptekach), idealnie nadającego się do okładów – zarówno zimnych jak i ciepłych – po chirurgicznych zabiegach stomatologicznych.

Zimne okłady zewnętrzne należy stosować przez ligninę, aby nie odmrozić policzka i czynić to według reguły: zamrożoną saszetkę przez kilka minut przykładać i na kilka minut odkładać.

## Krwawienie pooperacyjne

Krwawienie ustępuje zwykle po 30 minutach od zabiegu, lecz delikatne sączenie się krwi może trwać do 5 – 6 godzin. Ślina może być lekko zabarwiona krwią przez dobę po zabiegu.

W przypadku intensywnego krwawienia, nieustępującego po 3 – 4 godzinach należy:

- ✓ zwinąć w rulon lub zgiąć w kostkę kilka sterylnych tamponów i zagryźć opatrunek na 30 minut, z równoczesnym zastosowaniem zimnego okładu; po tym czasie delikatnie usunąć opatrunek uciskowy, lecz okład zimny stosować nadal
- ✓ jeśli krwawienie nie ustępuje, należy powtórzyć takie postępowanie
- ✓ jeżeli jednak kilkukrotne zastosowanie opatrunku uciskowego i zimnego okładu nie zahamuje krwawienia, należy skontaktować się z Centrum, celem uzyskania pomocy medycznej, łącznie z ewentualnym zaszyciem rany (zębodołu).

## Otwarcie zatoki szczękowej

Przypadek taki może zdarzyć się przy usuwaniu górnych zębów od 3 do 7. Wówczas przeprowadza się chirurgiczne zamknięcie połączenia ustno-zatokowego, zaszywa zębodoł i stosuje antybiotykoterapię.

Towarzyszyć temu może obrzęk (największy w trzeciej dobie), siniak pod okiem oraz ewentualnie krwawienie z nosa po stronie, gdzie był wykonywany zabieg.

W takim przypadku, dodatkowo należy:

- ✓ unikać gwałtownych zmian ciśnienia (lotu samolotem, nurkowania, wyjazdu w góry itp.)
- ✓ nie spożywać napojów gazowanych
- ✓ unikać wysiłku fizycznego, pochylania się, wydmuchiwanie nosa czy kichania (przy kichnięciu należy otworzyć usta)
- ✓ regularnie przyjmować antybiotyk według otrzymanych zaleceń
- ✓ przyjmować, osłonowo na układ trawienny, probiotyki (np. Trilac, Lakcid) lub spożywać jogurt naturalny
- ✓ dla zapewnienia drożności nosa stosować krople (np. Xylożel, Otrivin)
- ✓ płukać jamę ustną preparatem antyseptycznym 3 do 5 razy dziennie przez okres około 10 dni (początkowo płukanie powinno być bardzo delikatne)
- ✓ po 7–10 dniach zgłosić się do Centrum, w celu oceny gojenia się rany pooperacyjnej i ściągnięcia szwów chirurgicznych.

We wszystkich sytuacjach niepokojących Pacjenta lub budzących wątpliwości co do zasad postępowania po usunięciu zębów i innych zabiegach chirurgicznych – należy niezwłocznie skontaktować się z Centrum w celu uzyskania porady i pomocy lekarskiej. Numery telefonów podane są obok, a ponadto telefon do właściciela Centrum dostępny jest całodobowo (781 990 134).

***Życzymy wszystkim P. T. Pacjentom dobrego samopoczucia  
oraz zadowolenia z wykonanych usług!***