

## ZALECENIA DLA PACJENTA PO ZABIEGU EKSTRAKCJI ZĘBA

### 1. Opieka nad raną:

- przez 30min należy mocno zagryzać jałowy wacik
- 24 godziny po zabiegu nie wolno palić, gdyż nasila to krwawienie i utrudnia gojenie rany

### 2. Dieta:

- 2 godziny po zabiegu nie wolno jeść i pić
- przez 24 godziny unikać gorących, ostrych pokarmów o twardej konsystencji, przez pierwszą dobę po zabiegu zaleca się spożywanie miękkich, zimnych pokarmów
- ważne jest unikanie picia przez słomkę, wydmuchiwanie nosa

### 3. Higiena jamy ustnej

- obowiązuje zakaz płukania jamy ustnej przez 48 godzin po zabiegu
- po 48 godzinach od momentu usunięcia zęba można rozpocząć płukanie jamy ustnej płukanką po zabiegach chirurgicznych z roztworem chlorheksydyny (Eludril, Corsodyl, Dentosept). Należy pamiętać, aby robić to ostrożnie by nie wypluć skrzepu

### 4. Dolegliwości:

- pewne dolegliwości są stanem normalnym po zabiegu chirurgicznym, można je zmniejszyć stosując przepisane przez lekarza leki

### 5. Obrzęk

- obrzęk tkanek miękkich jest stanem normalnym po zabiegu operacyjnym, osiąga największe natężenie po 48 godzinach i może utrzymywać się przez kilka dni
- celem zmniejszenia obrzęku zaleca się stosowanie zimnych okładów przez pierwsze 12 godzin na skórę ponad miejscem operowanym. Należy stosować okład przez 10 – 15 min robiąc następnie jednogodzinną przerwę. Unikać bezpośredniego kontaktu lodu ze skórą
- zakazane jest rozgrzewanie okolicy poddanej zabiegowi

### 6. Krwawienie

- normalnym zjawiskiem jest sączenie się niewielkiej ilości krwi z rany pooperacyjnej w pierwszej dobie po zabiegu
- jeżeli pojawi się ponowne silne krwawienie należy umieścić wilgotny jałowy gazik nad zębodołem i mocno zagryźć przez 30 minut - głowa powinna być uniesiona, a pozycja ciała półsiedząca
- w przypadku nie ustępowania krwawienia skontaktuj się z lekarzem wykonującym zabieg

### 7. Zasinienie

- w okolicy operowanej może pojawić się różnego stopnia zasinienie skóry co nie powinno być powodem do niepokoju, w ciągu ok. 10 dni zasinienie ustępuje samoistnie

### 8. Szczękościsk

- po zabiegu może pojawić się na skutek przykurczu mięśni żwaczy utrudnione otwieranie jamy ustnej, ustępujące po ok. 7 dniach

### 9. Odpoczynek

- zaleca się przez 48 godzin unikania wysiłku fizycznego

### 10. Szwy

- jeżeli były zakładane szwy należy je usunąć po 7 – 10 dniach

### 11. Skontaktuj się z lekarzem

- jeśli dolegliwości bólowe nie ustępują pomimo stosowanych leków
- jeśli krwawienie nie ustępuje mimo zastosowania ponownego zagryzienia gazika
- jeśli w trzeciej dobie dochodzi do nasilenia się obrzęku
- jeśli występuje gorączka
- jeśli masz jakieś pytania