

Zalecenia po ekstrakcji zęba

1. W celu zahamowania krwawienia należy przez około 30 minut zagryzać tampon umieszczony w ranie. Stały ucisk powstrzyma krwawienie i spowoduje szybsze tworzenie się skrzepu. Po tym czasie tampon należy usunąć bez płukania rany wodą.
2. Przez okres minimum 2 godzin po ekstrakcji zęba nie należy pić ani spożywać posiłków, aby nie podrażniać świeżej rany i nie wypłukać skrzepu, który tą ranę skutecznie zabezpiecza. Ponadto, zastosowane znieczulenie może jeszcze działać co powoduje zaburzenia czucia. Nie czując warg ani języka, co ma miejsce przy znieczuleniu przewodowym, łatwo możemy się zranić, pogryźć.
3. W celu zminimalizowania opuchlizny i bólu należy stosować zimne okłady. Można zastosować suchy lód, kompresy do zamrażania dostępne w aptekach lub zwykły lód zawinięty w ręcznik.
4. W ciągu doby po zabiegu należy spożywać chłodne pokarmy a nawet zimne lody. Należy unikać picia gorących napojów i spożywania gorących pokarmów. Rozgrzanie rany może spowodować nasilenie krwawienia. Aby jej nie podrażniać należy unikać twardych pokarmów.
5. Przez co najmniej dwa dni nie należy palić papierosów. Dym papierosowy ma niekorzystny wpływ na ranę, zapobiega tworzeniu się skrzepu co przedłuża proces gojenia. Powstaje wtedy tzw. Suchy zębodół, który jest bardzo bolesny a rana nie może się zagoić.
6. W ciągu doby po ekstrakcji nie powinno się płukać jamy ustnej płukankami. Energiczne płukanie może usunąć skrzep zabezpieczający ranę, co przyczyni się do wydłużenia okresu gojenia. Po tym czasie najlepiej stosować delikatne płukanki ziołowe, które mają działanie odkażające i ściągające jak np. szałwia lub soda oczyszczona (łyżeczka od herbaty na 1/2 szklanki chłodnej wody).
7. Podczas procesu gojenia należy szczególnie dbać o higienę jamy ustnej. Należy pamiętać, że ślina w połączeniu z pokarmem jest idealnym środowiskiem dla rozwoju bakterii, co może spowodować stan zapalny w ranie. Tylko w pierwszej dobie po zabiegu nie należy szczotkować zębów, aby nie uszkodzić rany. W kolejnych dobach na ranę należy uważać, natomiast zęby należy dokładnie oczyszczać. Często na ranie powstaje szaro-biały nalot. Nie należy go usuwać, gdyż jest to zdrowa tkanka-włóknik, z której tworzy się nowe dziąsło.
8. Po ustąpieniu znieczulenia można stosować leki przeciwbólowe. Najlepiej wybierać takie, które mają również działanie przeciwzapalne np. Ibuprofen, Pyralgina. Jeżeli lekarz zapisze antybiotyk należy go stosować według zaleceń, nawet po ustąpieniu dolegliwości. Jeżeli dolegliwości bólowe utrzymują się kilka dni należy udać się na wizytę kontrolną.
9. Przy ekstrakcji chirurgicznej niewielkie krwawienie może utrzymywać się przez okres kilku dni. Pomagają wtedy zimne okłady. Jeżeli jednak z upływem czasu krwawienie się nie zmniejsza, należy niezwłocznie udać się do lekarza.
10. Jeżeli rana wymagała szycia i zostały one założone, należy je usunąć w ciągu 7 do 10 dni od założenia.

lek.stom. Renata Rosiak-Jankowska