

ZALECENIA DLA PACJENTA PO

EKSTRAKCJI (usunięcie zęba)

Wizyta u dentysty często kojarzona jest z nieprzyjemnym przeżyciem, zwłaszcza kiedy problem z chorobą jest już tak duży, że zęba trzeba usunąć. Stres związany z samą myślą o tym zabiegu przyczynia się do naszego roztargnienia i chęci szybkiego opuszczenia gabinetu stomatologicznego co zmniejsza naszą uwagę na zalecenia dentysty jak mamy postępować po usunięciu zęba. Zalecenia te są bardzo ważne, gdyż od sposobu naszego postępowania będzie zależał proces gojenia rany.

Stosowanie się do poniższych wskazówek z pewnością przyspieszy gojenie rany i nasz powrót do zdrowia.

- 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.
- 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.
- W celu zminimalizowania opuchlizny i bólu należy stosować zimne okłady. Można zastosować suchy lód (otrzymuje się go w gabinecie po zabiegu), kompresy do zamrażania dostępne w aptekach lub zwykły lód zawinięty w ręcznik.
- 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. Nie wolno pić alkoholu oraz należy unikać intensywnego wysiłku fizycznego.
- 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.
- Przez kilka dni po zabiegu zaleca się spożywanie miękkich, nie wymagających intensywnego żucia pokarmów. Wraz z gojeniem się rany można stopniowo wracać do swoich przyzwyczajęń dietetycznych, przez kilka dni oszczędzając okolicę poekstrakcyjną.
- 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. szalwia.
- 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 dziaśło. Nie należy dotykać okolicy po zabiegowej.
- Po ustąpieniu znieczulenia można stosować leki przeciwbólowe. Najlepiej wybierać takie, które mają również działanie przeciwzapalne, może to być jeden z ogólnodostępnych leków przeciw bólowych bez recepty. 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.

- 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.
- Jeżeli rana wymaga szycia i zostały założone szwy, należy je usunąć w ciągu 7 do 10 dni od założenia.

Do kontaktu z lekarzem dentystą powinno skłonić :

- Pojawienie się wysokiej gorączki po zabiegu.
- Utrzymujące się obfite krwawienie.
- Silne dolegliwości bólowe, których nie łagodzą leki przeciwbólowe i które nie zmniejszają się z upływem kolejnych godzin i dni po zabiegu.
- Zaostrzenie uprzednio sukcesywnie łagodniejących dolegliwości bólowych.
- Narastanie obrzęku po upływie trzech dni od zabiegu. Sama obecność obrzęku po takim czasie nie powinna niepokoić, po trzech dobach od zabiegu powinien on jednak stopniowo zanikać.