

WIE VERHALTE ICH MICH **NACH EINER** **ZAHNÄRZTLICHEN OP ?**

**Das wichtigste ist immer, Ruhe zu bewahren.
Nach spätestens 10 Tagen ist in der Regel alles verheilt.**

- ① Bei kleineren Nachblutungen oder Blutgeschmack im Mund ist es nicht gut, wenn Sie mit Wasser oder anderen Flüssigkeiten den Mund spülen. Am besten aufrecht sitzen und auf ein gerolltes Taschentuch oder Küchenrolle beißen. Druck ist das beste Mittel, um eine Blutung zu stoppen. Sollte die Blutung über 24 Stunden anhalten, dann setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung für einen Kontrolltermin.
- ② Solange die Betäubung im Mundraum wirkt, sollten Sie nichts essen. Sie könnten sich beißen, ohne es zu merken.
- ③ Um einer Schwellung im Gesichtsbereich bestmöglich entgegenzuwirken, kühlen Sie innerhalb der ersten 24 Stunden die entsprechende Region von außen gut und regelmäßig. Versuchen Sie, den Kopf immer hoch zu lagern und auch nachts ein zusätzliches Kissen unterzulegen.
- ④ Textil Tupfer, die wir direkt nach der Operation im Mundraum platziert haben, können Sie nach etwa 30 Minuten entfernen und entsorgen.
- ⑤ Bitte verzichten Sie in den ersten drei Tagen ganz auf Alkohol und Zigaretten. Auch übermäßiger Kaffee- und Tee-Genuss kann in den ersten drei Tagen nach einem Eingriff problematisch sein.
- ⑥ Eine gute Mundhygiene ist sehr wichtig für eine gute Wundheilung. Bitte putzen Sie am Abend wieder Ihre Zähne in gewohnter Art und Weise. Vermeiden Sie nur den direkten Kontakt mit der Wundfläche.
- ⑦ Spülen Sie nicht zu viel mit Mundspülungen! Es reicht, wenn Sie 1x am Tag für 30 Sekunden den Mundraum mit einer desinfizierenden Mundspülung reinigen.
- ⑧ Nehmen Schmerzmittel nur nach Bedarf und achten Sie auf unsere Vorgaben. Bitte kein Aspirin zur Schmerzbekämpfung einnehmen !
- ⑨ Vermeiden Sie in den ersten 5 Tagen Stress und intensiven und anstrengenden Sport.
- ⑩ Nach einer OP bekommen Sie von uns eine Handynummer, unter der Sie uns jederzeit erreichen. Am besten wenden Sie sich bei Problemen immer direkt an uns – wir kennen Sie besser als eine Bereitschaftspraxis oder ein Notdienst.