



## Verhaltensempfehlungen nach einer Operation im Bereich der Mundhöhle bzw. einer Zahnentfernung

### Nachblutung

Bitte **vermeiden Sie in der ersten Woche nach der OP körperliche Anstrengungen**, wie schweres Heben und Sport.

Falls eine Nachblutung (Mund voller Blut innerhalb einer Viertel-/ halben Stunde) auftreten sollte, nehmen Sie bitte aus dem Verbandskasten eine sterile Wundaufgabe, Mullkomresse oder ein sauberes Stofftaschentuch und legen es auf die Wunde. Beißen Sie für ca. eine Stunde drauf und kühlen Sie mit einem kalt-feuchten Waschlappen. Bevor Sie den Tupfer entfernen, befeuchten Sie ihn mit etwas klarem Wasser, damit der sich bildende Blutpfropf (Koagel) nicht wieder aufreißt.

**Steht die Blutung nach einer Stunde nicht, setzen Sie sich bitte mit unserer Praxis (07181 977500) oder dem zahnärztlichen Notdienst in Verbindung.**

Blutiger Speichel oder ein blutiger Geschmack kann noch nach der OP für ca. 1 Woche immer wieder auftreten. Dies sind normale Heilungsprozesse.

### Kühlen

Zum Kühlen verwenden Sie bitte einen **kalt-feuchten Waschlappen** (aus dem Kühlschranks) und legen ihn für ein bis zwei Minuten außen auf die OP-Region. Nach einer kurzen Pause (zwei bis drei Minuten) wiederholen Sie den Vorgang.

Auf diese Weise sollten Sie die Kühlung für die nächsten zwei bis drei Tage fortsetzen. Verwenden Sie bitte **kein** Eis oder Kühlakkus aus dem Gefrierfach. Diese sind zu kalt und können ein Anschwellen der OP Region unterstützen.

### Schmerzen

Um postoperative Schmerzen zu vermeiden, sollten Sie, entsprechend den Anweisungen Ihres Zahnarztes, die **verordneten Medikamente einnehmen**. Warten Sie nicht bis Sie den Schmerz nicht mehr ertragen können. Nehmen Sie beim ersten Auftreten entsprechend Schmerzmittel ein, da diese eine gewisse Zeit brauchen, um zu wirken.

### Essen und Trinken

Bitte essen Sie erst, wenn wieder vollständig Gefühl in die betäubte Region gekehrt ist. Es empfiehlt sich in der ersten Woche nach der OP **nur weiche Kost** (alles was Sie mit der Zunge am Gaumen zerdrücken können) wie Reis, Nudeln, weiches Gemüse und weiches Fleisch zu essen.

Bitte **vermeiden Sie für die ersten 3 bis 4 Tage Milchprodukte** (Frischmilch, Joghurt, Quark, Frischkäse). Am OP-Tag sollten Sie keine koffein- und teinhaltigen Produkte verzehren.

Gegen den Durst empfiehlt es sich, schluckweise normales Wasser bzw. Mineralwasser zu trinken.

### Zahnpflege

Die **gewohnte Zahnpflege sollten Sie weiter betreiben**, jedoch nach dem Putzen nicht zu stürmisch spülen. Sonst besteht die Gefahr, dass sich der Blutpfropf (Koagel) ausspült und es entweder zu Nachblutungen oder Wundinfektionen durch eingelagerte Speisereste kommt.

### Autofahren

Bitte **fahren Sie nach dem operativen Eingriff nicht Auto**, da die eingesetzten Schmerzmittel die Reaktionsgeschwindigkeit und somit die Fahrtüchtigkeit herabsetzen können.

### Nachsorge

Bitte nehmen Sie die vereinbarten **Kontrolltermine** wahr. Sie dienen der Infektionsprophylaxe.

**Wir wünschen Ihnen eine gute Genesung!**