

## Zalecenia po zabiegach chirurgicznych

### 1. Zachowanie w przypadku bólu:

- zacznij zażywać przypisane leki przeciwbólowe zanim przestanie działać znieczulenie
- zażywaj zalecane leki przeciwbólowe co około 4 godziny, kontynuuj ich zażywanie tak długo jak będzie Ci to potrzebne
- nie zażywaj leków na 'pusty żołądek', nie pij alkoholu, tabletki popijaj wodą
- jeżeli lekarz zaordynował antybiotyk zażywaj go według zaleceń i wybierz go do ostatniej tabletki
- jeżeli pojawią się problemy z zalecanym lekiem, skontaktuj się z lekarzem prowadzącym

### 2. Obrzęk:

- zastosuj torebkę z lodem owiniętą cienką chusteczką na zewnętrzną stronę twarzy w 15-minutowych okresach tzn. kwadrans schładzaj, kwadrans przerwij itd. przez około 6 godzin po zabiegu (kwadrans przerwy jest ważny –minimalizuje ryzyko odmrożenia)
- nie spij na policzku po którego stronie był wykonywany zabieg\*
- nie przykładaj dłoni do miejsca zabiegu

### 3. Opatrunek:

- zastosowany na leczone miejsce opatrunek jest pomocny w utrzymywaniu ulgi
- możesz przejściowo odczuwać nadwrażliwość na ciepło lub zimno (stąd zalecenia, aby spożywać produkty o temperaturze letniej)
- jeżeli masz ruchomą protezę, która została unieruchomiona przez opatrunek nie wyjmuj jej przez 36 godzin po zabiegu, potem wyjmij ją ostrożnie, by ją wyczyścić i następnie nasmaruj wazeliną tę część która dotyka opatrunku i włóż ponownie do ust

### 4. Krwawienia:

- po zabiegu w ślinie jest trochę krwi, to normalne
- jeżeli po zabiegu poczujesz większe krwawienie, zamocz sterylną gazę w zimnej wodzie i zastosuj ciągły ucisk na ranę przez około 20 minut, jeżeli krwawienie nie ustanie, zgłoś się do lekarza prowadzącego

### 5. Gorączka:

- może pojawić się temperatura i dreszcze, nie spowodują żadnych konsekwencji jeżeli będą utrzymywać się nie dłużej niż 24 godziny
- jeżeli temperatura powyżej 37 stopni utrzymuje się ponad dobę po zabiegu, zgłoś się do lekarza prowadzącego

### 6. Odżywianie:

- dieta w okresie gojenia jest równie ważna jak przyjmowanie zaleconych leków
- pokarmy powinny być pełnowartościowe, ale miękkie lub płynne
- unikaj gorących napojów i posiłków przez kilka dni po zabiegu –mogą powodować ból i obrzęk

### 7. Higiena jamy ustnej:

- szczotkuj łagodnie wszystkie powierzchnie zębów (szczoteczką miękką !!!), płucz delikatnie wodą lub zaleconym płynem do płukania jamy ustnej z chlorheksydyną, np. Kim Corsodyl, Eludril, 2-3 razy dziennie przez 2 minuty, nie przedłużaj płukania ponad 2 tygodnie

#### 8. Instrukcje dotyczące pielęgnacji jamy ustnej:

- fakt usunięcia opatrunku nie oznacza zakończenia procesu gojenia, trwa on około 4-6 tygodni
- pierwsze 2 tygodnie po zdjęciu opatrunku są najbardziej krytyczne
- nowopowstała tkanka nie wygoi się jeśli nie będzie utrzymywana w czystości
- na początku procesu gojenia, może utrzymywać się bolesność okolicy rany, wówczas zabiegi higieniczne w danej okolicy należy przeprowadzać ostrożniej, a po ustąpieniu dyskomfortu i wygojeniu rany należy powrócić do zalecanej przed zabiegiem metody szczotkowania

#### 9. Nie pal lub ogranicz palenie –to znacznie ułatwi i przyspieszy proces gojenia.

Po zabiegu niektóre zęby mogą stać się bardziej ruchome, jest to normalne gdy tkanka goi się. Zęby mogą być wrażliwe na zimne lub gorące napoje i potrawy. Jeżeli nadwrażliwość będzie się nasilała zgłoś się do lekarza prowadzącego.