



Οδηγίες μετά από εξαγωγές δοντιών

Σήμερα

- > Έχει τοποθετηθεί μια γάζα στο στόμα σας για τον έλεγχο της αιμορραγίας. Κρατήστε τη γάζα σταθερά στη θέση της για τουλάχιστον μισή ώρα.
- > Μην ξεπλύνετε το στόμα σας για 24 ώρες γιατί αυτό μπορεί να διαταράξει τον θρόμβο αίματος.
- > Μην καπνίσετε και μην πιείτε αλκοολικό ποτέ για 24 ώρες
- > Μετά από μια ώρα, μπορείτε να φάτε και να πιείτε από την άλλη πλευρά του στόματός σας, αλλά τίποτε πολύ ζεστό ή πολύ κρύο.
- > Μην γυρίζετε φαγητό ή ποτό γύρω από το στόμα σας, καθώς αυτό μπορεί να διαταράξει τον θρόμβο αίματος.
- > Προσέξτε να μην δαγκώσετε το χείλος σας όσο είναι μουδιασμένο.
- > Από αύριο, διαλύστε μισό κουταλάκι του γλυκού αλάτι σε ένα ποτήρι ζεστό νερό. Λούστε την πληγή κρατώντας το διάλυμα για λίγο στο στόμα σας. Ξεπλύνετε απαλά με αλατόνερο μετά το φαγητό και πριν να πλαγιαστείτε το βράδυ για τουλάχιστον τις επόμενες πέντε ημέρες.

Αιμορραγία

- > Μια μικρή ροή αίματος είναι συνηθισμένη τις πρώτες 12 - 24 ώρες.
- > Εάν η αιμορραγία είναι έντονη ή επίμονη, ξεπλύνετε απαλά το στόμα σας με δροσερό νερό και, στη συνέχεια, τοποθετήστε μια καθαρή συσκευασία γάζας ή καθαρό διπλωμένο τετράγωνο κομμάτι ύφασμα 10 εκατοστόμετρα πάνω από την περιοχή που αιμορραγεί. Μην χρησιμοποιήσετε χαρτομάντιλο ή βαμβάκι.
- > Δαγκώστε σταθερά τη γάζα για 30 λεπτά.
- > Ξεκουραστείτε με το κεφάλι ελαφρώς ανυψωμένο.
- > Εάν η αιμορραγία επιμένει ή είναι σοβαρή, επικοινωνήστε με την οδοντιατρική κλινική που πήγατε ή εάν η κλινική δεν είναι διαθέσιμη, καλέστε τη Μονάδα Στοματικής και Γναθοχειρουργικής (Oral and Maxillofacial Surgery Unit) στο Adelaide Dental Hospital στο 8222 8220.
- > Για σοβαρή αιμορραγία μετά από τις εργάσιμες ώρες, καλέστε τη healthdirect Australia στο 1800 022 222 για συμβουλές σχετικά με περαιτέρω επιλογές φροντίδας.

Ανακούφιση από τον πόνο

- > Μπορεί να αισθάνεστε πόνο τις επόμενες λίγες ημέρες.
- > Πάρτε παρακεταμόλη και/ή ιβουπροφαίνη (δηλαδή Nurofen) ή παρόμοιο παυσίπονο εάν χρειάζεται. Ακολουθήστε τις οδηγίες στο πακέτο.

Σημείωση: Μην πάρετε ιβουπροφαίνη ή ασπιρίνη εάν είστε αλλεργικοί σε αυτά τα φάρμακα, έχετε άσθμα, παλινδρόμηση ή γαστρικό έλκος.

- > Για περαιτέρω συμβουλές σχετικά με την ανακούφιση από τον πόνο, επικοινωνήστε με την οδοντιατρική κλινική που πήγατε ή τον τοπικό σας γιατρό.

Επιπρόσθετες πληροφορίες μετά από χειρουργικές εξαγωγές δοντιών

- > Το πρήξιμο είναι φυσιολογικό και μπορεί να κορυφωθεί περίπου 36 - 48 ώρες μετά την επέμβαση.
- > Το πρήξιμο θα αρχίσει να μειώνεται μετά από 4 - 5 ημέρες.
- > Εάν είναι απαραίτητο, για να μειώσετε το πρήξιμο στο σπίτι, τοποθετήστε πάγο στο μάγουλό σας για 20 λεπτά. Αφαιρέστε τον για 10 λεπτά και επαναλάβετε αν χρειάζεται τις πρώτες 24 - 48 ώρες.
- > Μπορεί να εμφανιστούν κάποιοι μώλωπες καθώς μειώνεται το πρήξιμο.
- > Μπορεί να δυσκολεύεστε να ανοίξετε το στόμα σας. Αυτό είναι φυσιολογικό και θα γίνει ευκολότερο καθώς μειώνεται το πρήξιμο.
- > Περιορίστε τη διατροφή σας σε υγρά και μαλακά τρόφιμα.
- > Επιστρέψτε σταδιακά στην κανονική σας διατροφή την επόμενη εβδομάδα.
- > Ξεκινήστε το κανονικό βούρτσισμα το συντομότερο δυνατό.

Περισσότερες πληροφορίες

SA Dental
GPO Box 864
Adelaide SA 5001
Τηλέφωνο: 1300 008 222

www.dental.sa.gov.au



www.ausgoal.gov.au/creative-commons



© Υπουργείο Υγείας και Ευημερίας, Κυβέρνηση της Νότιας Αυστραλίας. Όλα τα δικαιώματα δηρούνται.

V1_Εκτυπώθηκε Νοέμβριο 2022_Stock #7134



Government of
South Australia