



Πώς να φροντίσετε το στόμα σας μετά από μια εξαγωγή

Πρέπει να φροντίσετε το στόμα σας μετά μια σημαντική θεραπεία όπως την εξαγωγή δοντιού. Ακολουθήστε αυτές τις συμβουλές για να σας βοηθήσουν να θεραπευθεί το στόμα σας.

Τι είναι η εξαγωγή;

Η εξαγωγή είναι όταν ένας οδοντίατρος βγάλει ένα ή και περισσότερα από τα δόντια σας. Θα σας δοθεί ένα αναισθητικό για να μουδιάσει η περιοχή πριν την αφαίρεση του δοντιού.

Τι συμβαίνει μετά την εξαγωγή του δοντιού μου;

Ενδέχεται να βιώσετε κάποια δυσφορία μετά που φύγει η επίδραση του αναισθητικού. Λόγω ορισμένης αιμορραγίας στο στόμα σας, μπορεί επίσης να έχετε ροζ σάλιο για τις επόμενες μια ή δύο ημέρες. Μη το φτύνεται έξω γιατί αυτό μπορεί να προκαλέσει περαιτέρω αιμορραγία.

Τα αναισθητικά μπορεί να σας κάνει να αισθάνεστε κουρασμένος /η. Φροντίστε να ξεκουραστείτε μετά τη θεραπεία σας.

Τα ούλα και τα μάγουλά σας μπορεί να αισθάνεστε ότι είναι πρησμένα καθώς το σώμα αρχίζει να θεραπεύεται και μπορεί να βιώσετε κάποιο πόνο. Αυτό θα πρέπει να αρχίσει να βελτιώνεται μετά από περίπου τέσσερις ημέρες.

Τι θα πρέπει να κάνετε αν το στόμα σας αρχίσει να αιμορραγεί;

Έχει τοποθετηθεί μια γάζα στο στόμα σας κατά τη διάρκεια της θεραπείας σας. Δαγκώστε κάτω στη γάζα για όσο χρονικό διάστημα σας έχει συμβουλέψει ο οδοντίατρος σας. Θα πρέπει επίσης να σας δώσουν επιπλέον γάζες σε περίπτωση αιμορραγίας αργότερα.

Αν το πληγωμένο κοίλωμα αρχίσει να αιμορραγεί μετά που φύγετε από το νοσοκομείο, τυλίξτε μια γάζα σε σχήμα ρολά και τοποθετήστε την στο κενό όπου ήταν το δόντι. Δαγκώστε το κάτω για περίπου 30 λεπτά.

Να θυμάστε:

- ▶ Να μη ρουφάτε, φτύνεται, ξεπλύνετε το στόμα σας ή να βάλετε τα δάκτυλα στο στόμα σας για τουλάχιστον 12 ώρες
- ▶ Να αποφύγετε τα ζεστά ροφήματα και τις σκληρές τροφές για 24 ώρες
- ▶ Να αποφύγετε το αλκοόλ και το κάπνισμα
- ▶ Να αποφύγετε τις έντονες δραστηριότητες για τουλάχιστον 24 ώρες
- ▶ Να αποφύγετε τη λήψη ασπιρίνης εκτός και αν χορηγείται συνήθως από το γιατρό σας.

Πονάω πολύ. Τι πρέπει να κάνω;

- ▶ Αν πονάτε πολύ, πάρτε μερικά παυσίπονα που δεν έχουν μέσα ασπιρίνη.
- ▶ Κρύα τρόφιμα όπως το γιαούρτι και το παγωτό μπορούν επίσης να παρέχουν λίγη ανακούφιση.

Πώς μπορώ να φροντίσω το στόμα μου μετά τη θεραπεία μου;

- ▶ Κατά τις πρώτες μερικές μέρες μετά την εξαγωγή, προσπαθήστε να τρώτε τροφές που μασιούνται εύκολα, όπως ζυμαρικά, πατάτες πουρέ, κρέμα ή σούπα.
- ▶ Να τρώτε στην άλλη πλευρά του στόματός σας για να αποφύγετε το πονεμένο μέρος του στόματός σας.
- ▶ Ξεπλύνετε απαλά το στόμα σας με αλμυρό νερό για περίπου 24 ώρες μετά την εξαγωγή και μετά τα γεύματά σας για περίπου μια εβδομάδα.

