

Dari - Råd till dig som tagit bort en tand

توصیه هائی برای شما که دندان خود را کشیده اید

به خاطر داشته باشید که

که در هنگامی که دهن شما بیحس باشد از احتیاط کار بگیریید تا زبان و گونه ای خویش را دندان نگیریید.

چی وقت میتوانم بخورم و بنوشم؟

پس از اینکه یک دندان کشیده شد لخته ای از خون در جایش تشکیل میشود تا زخم ناشی از دندان کشیده شده را محافظت نماید. اگر برای این زخم، فرصت جور شدن آن فراهم گردد، شما نباید که دهن خود را بشوئید. چیزی نخورید و ننوشید و سگرییت هم نکشید تا اینکه بیحس بودن دهن شما برطرف شود. باید دست کم دو ساعت صبر کنید. در همان شبانه روز اول، غذاهای آبیکی یا ملایم بخورید تا از تخریش زخم جلوگیری نموده باشید.

تمرین

در شبانه روز نخست از تمرین نمودن بدنی خودداری کنید. اگر بر خود فشار بیاورید، خطر خونریزی کردن زخم وجود دارد.

تنباکو

هنگامی که دندان خود را کشیدید در ساعات اولیه آن، از سگرییت کشیدن و نسوار استفاده کردن خودداری نمائید چونکه در غیر این صورت، درمان شدن زخم شما خراب میگردد.

خونریزی

این طبیعی است که زخم دندان کشیده شده در شبانه روز نخست اندکی خونریزی بهمراه دارد. اگر این خونریزی بند نشود یا دوباره شروع شود، شما میتوانید که یک دستمال کاغذی پاک یا یک پارچه گاز را بر روی زخم بگذارید و دهن خود را برای دست کم ۳۰ دقیقه جفت نگه بدارید. سپس نگاه کنید که آیا خونریزی ایستاد شده است یا نه. چنانچه خونریزی ادامه داشته باشد، شما دوباره یک دستمال کاغذی پاک یا یک پارچه گاز تمیز را برای ۱۵ دقیقه دیگر بر آن بگذارید. در صورتیکه پس از ۴ تا ۵ بار دستمال گذاشتن باز هم این خونریزی ایستاد نشود، برای دریافت مشوره، شما با کلینیک دندان فولک تاند وردن (Folktandvården) تماس بگیریید. در هنگام خون آمدن از جای زخم، دهن خود را شستشو ندهید.

آماس و کیودی

پس از مداخله عمل دندان کشیدن، طبیعی میباشد که دهن و بخشهایی از صورت آماس میکند. این آماس (پنیدگی) در همان ۲ - ۳ روز نخست به بیشترین اندازه میباشد. پس از اینکه آماس کم شد، ممکن است کیودی به جای آن پیدا شود که اینهم پس از چند هفته ای برطرف میشود.

بخیه

گاهی لازم میشود که این زخم با تار دوخته شود که کوکهای آنرا کارکنان کلینیک دندان پس ۷ تا ۱۰ بر میدارند. در چنین مورد، احتمال دارد که برای شما وقت ملاقات دوباره داده شود. در موارد دیگر هم از تاری کار گرفته میشود که خود بخود برداشته میشود.

نظافت دهن

در مدت زمانی که زخم جور میشود، این مسئله مهم میباشد که به نظافت دهن به شکل درست آن رسیدگی شود. دندانهای خود را طبق معمول برس بزنید اما از دست زدن به ناحیه زخم در روزهای نخست خودداری نمایید. اگر که دکتور دندان به شما سفارش کند، شما دهن خود را با محلول ضد باکتری (به گونه نمونه با Corsodyl، Hexident یا با Paroex) شستشو بدهید.

درد و تب

پس از اینکه تأثیر بیحس بودن دهن شما پایان یافت، ممکن است که شما درد داشته باشید و باز کردن دهن و جویدن نیز برای شما سخت باشد که البته این طبیعی میباشد. پس از مداخله عمل بزرگ، ممکن است که شما تب هم بکنید. این تکلیف معمولاً پس از یکی دو روز گم میشود. اگر که باید حتماً تابلیت درد بخورید، ما به شما سفارش میکنیم که تابلیت الویدون (Alvedon) یا پانودیل (Panodil) بخورید. آنها مطابق با دستورات مقدار مصرف آن که بر قوطی آن نوشته شده است. اگر که الویدون یا پانودیل برای رفع درد شما کمک نکرد شما میتوانید که الویدون یا پانودیل را با تابلیت ایپرین (Ipren) یا ایبوپروفین (Ibuprofen) با هم بخورید و آنها نیز مطابق با دستورات مصرف آن که بر قوطی آن نوشته شده است. از مصرف نمودن تابلیتهائی که اسیتیل سالیسیلیک اسید (اسپرین) داشته باشد خودداری نمایید مثلاً از تریو (Treo) و مگنیسیل (Magnecycl) و مانند اینها، زیرا که اسیتیل سالیسیلیک اسید خطر خونریزی کردن را بیشتر میکند.

پرسشها

شما هر گاه که پرسشی در این باره داشته باشید ما در کلینیک فولک تاند وردن به شما همیشه خوش آمدید میگوئیم؛ اما در قدم اول، با کلینیکی که این عمل را انجام داده است تماس بگیرید.

هنگامی که کلینیک بسته باشد

به دفتر معلومات خدمات درمانی به شماره تلفون ۱۱۷۷ زنگ بزنید.

Svenska - Råd till dig som tagit bort en tand

Råd till dig som har tagit bort en tand

Att tänka på

Var försiktig så att du inte biter dig i tungan eller kinden när du är bedövad.

När kan jag äta eller dricka?

Efter att tanden har tagits bort bildas en propp med levrat blod för att skydda såret där tanden har suttit. Om såret ska ha en chans att läka bra bör du inte skölja munnen, äta, dricka eller röka innan bedövningen har släppt. Vänta minst två timmar. Välj flytande eller halvfast föda det första dygnet för att inte irritera såret.

Träning

Undvik fysisk träning det första dygnet. Om du anstränger dig hårt finns det risk att såret börjar blöda.

Tobak

Undvik att röka eller snusa de närmaste timmarna efter ingreppet, detta försämrar läkningen.

Blödning

Det är vanligt att såret blöder lite under det första dygnet. Om det inte slutar att blöda eller om det börjar att blöda på nytt kan du lägga en ren näsduk eller kompress över det blödande såret och bita ihop i minst 30 minuter. Kontrollera därefter att det har slutat att blöda. Om blödningen fortfarande inte har upphört, lägg på en ny näsduk eller kompress och bit ihop i ytterligare 15 minuter. Har såret inte slutat att blöda efter 4-5 försök, kontakta Folktandvården för råd. Skölj inte med vatten när det blöder.

Svullnad och blåmärken

Att munnen och delar av ansiktet svullnar upp efter ingreppet är normalt. Svullnaden brukar vara som störst efter 2-3 dagar. När den lägger sig igen kan det uppstå blåmärken, dessa försvinner normalt efter någon vecka.

Stygn

Ibland behöver såret sys ihop med en tråd som behöver tas bort av tandvårdspersonal efter 7-10 dagar. Då har du troligen fått en återbesökstid. Vid andra tillfällen används en tråd som försvinner av sig själv.

Munhygien

Under sår-läkningen är det viktigt att munhygien sköts på rätt sätt. Borsta tänderna som vanligt men undvik att röra sårområdet de första dagarna. Skölj munnen med en antibakteriell lösning (till exempel Corsodyl, Hexident, Paroex) om din tandläkare har rekommenderat det.

Värk och feber

När bedövningen har släppt kan det göra ont och vara svårt att gapa och tugga. Detta är normalt. Efter större ingrepp kan du även få feber. Besvären brukar gå över efter ett par dagar. Om du måste ta värktabletter rekommenderar vi Alvedon/Panodil enligt doseringsanvisning på förpackningen. Om Alvedon/Panodil inte hjälper mot värken går det bra att kombinera Alvedon/Panodil med Ipren/Ibuprofen enligt doseringsanvisning på förpackningen. Undvik tabletter med acetylsalicylsyra till exempel Treo, Magnecyl med flera då acetylsalicylsyra ökar blödningsrisken.

Frågor

Du är alltid välkommen att höra av dig till oss på Folktandvården om du undrar över något. Kontakta i första hand den klinik som utförde ingreppet.

När kliniken är stängd

Ring sjukvårdsupplysningen på telefon 1177.