

Engelska - Råd till dig som tagit bort en tand

Advice for anyone who has had a tooth removed

Remember

Be careful to avoid biting your tongue or cheek until the anaesthetic has worn off.

When can I eat or drink?

After a tooth has been removed, a plug of blood forms to protect the tooth socket. To give the socket a chance to heal properly, you should not rinse your mouth, eat, drink or smoke before the anaesthetic has worn off. Wait for at least two hours. Only eat liquid or semi-liquid food during the first 24 hours to avoid irritating the socket.

Exercise

Avoid physical exercise during the first 24 hours. If you exert yourself there is a risk that the socket will begin to bleed.

Tobacco

Avoid smoking or using *snus* during the hours immediately after the procedure as this will slow down the healing process.

Bleeding

It is common for the socket to bleed a little during the first 24 hours. If the bleeding does not stop or if it starts again, you should place a clean handkerchief or a dressing over the socket and clench your teeth for at least 30 minutes. You should then check to see if the bleeding has stopped. If it has not stopped, place a new handkerchief or dressing over the socket and clench your teeth for a further 15 minutes. If the socket has not stopped bleeding after 4-5 attempts, contact the Public Dental Service for advice. Do not rinse your mouth with water while the socket is bleeding.

Swelling and bruising

It is normal for your mouth and part of your face to swell up following the procedure. The swelling is usually at its worst after 2-3 days. When the swelling goes down, bruising could develop. Normally it disappears after a week or so.

Stitches

Sometimes the socket needs to be stitched with thread, which must be removed by dental staff after 7-10 days. In that case you will receive an appointment for a return visit. In some cases thread is used which disappears by itself.

Oral hygiene

During the time the socket heals, it is important to brush your teeth as normal. Avoid touching the area around the socket for the first few days. Rinse your mouth with an antibacterial solution (such as Corsodyl, Hexident or Paroex) if this has been recommended by your dentist.

Pain and high temperature

When the anaesthetic has worn off, it could be painful and difficult to open your mouth and chew. This is normal. After a major procedure, you could also have a high temperature. These problems usually pass after a couple of days. If you need to take tablets for the pain, we recommend Alvedon/Panodil in the dosage stated on the package. If Alvedon/Panodil do not relieve the pain, it is acceptable to combine Alvedon/Panodil with Ipren/Ibuprofen in the dosage recommended on the package. Avoid tablets containing acetylsalicylic acid (aspirin), such as Treo, Magnecyl and so on, as acetylsalicylic acid increases the risk of bleeding.

Questions

You are always welcome to contact the Public Dental Service if you have any questions. In the first instance you should contact the clinic where the procedure was carried out.

If the clinic is closed

Call the Medical Advice Line on 1177.

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.