

Persiska - Råd till dig som tagit bort en tand

راهنمایی برای افرادی که دندان کشیده اند**بخاطر داشته باشید**

وقتی ماده بیحسی به شما تزریق شده مواظب باشید که زبان یا لپ خود را گاز نگیرید.

چه موقع می توانم غذا بخورم یا مایعات بنوشم؟

وقتی دندان کشیده می شود یک لخته خون دلمه شده در جای دندان بوجود می آید تا از زخم محافظت کند. اگر می خواهید زخم بتواند خوب شود تا وقتی ماده بیحسی اثر خود را از دست داده نبایستی دهان خود را آبشویی کنید، غذا بخورید، مایعات بنوشید یا سیگار بکشید. حداقل دو ساعت صبر کنید. در شبانه روز اول غذای مایع یا نیمه سفت بخورید تا زخم تحریک نشود.

تمرین

در شبانه روز اول تمرینات جسمانی نکنید. اگر تلاش جسمانی شدید داشته باشید احتمال دارد زخم شروع به خونریزی کند.

توتون و تنباکو

چندین ساعت پس از کشیدن دندان از سیگار کشیدن یا استفاده از نسوار (اسنوس) خودداری کنید چون زخم دیر خوب خواهد شد.

خونریزی

خونریزی زخم در شبانه روز اول امری عادی است. اگر خونریزی قطع نشود یا دوباره شروع شود یک دستمال تمیز یا گاز پانسمان روی زخم بگذارید و به مدت حداقل 30 دقیقه با دندانها را روی هم بگذارید. سپس کنترل کنید که آیا خونریزی قطع شده یا نه. اگر خونریزی قطع نشده باشد یک دستمال یا گاز پانسمان جدید روی زخم بگذارید و 15 دقیقه دیگر دندانها را روی هم بگذارید. اگر پس از 4 تا 5 مرتبه سعی کردن خونریزی زخم قطع نشود برای دریافت راهنمایی با دندانپزشکی تماس بگیرید. وقتی زخم خونریزی دارد آنرا آبشویی نکنید.

تورم و کبودی

تورم دهان و بخشی از صورت پس کشیدن دندان امری عادی است. تورم معمولاً پس از 2 تا 3 روز به بیشترین حد خود می رسد. وقتی تورم از بین برود ممکن است کبودی ایجاد شود که معمولاً پس از حدود یک هفته برطرف می شود.

بخیه

گاهی اوقات ممکن است لازم باشد زخم بخیه بخورد که بایستی پس از 7 تا 10 روز توسط کارکنان دندانپزشکی کشیده شود. در اینصورت قطعاً یک وقت مراجعه مجدد دریافت می کنید. در سایر موارد از بخیه ای استفاده می شود که خودبخود از بین می رود.

بهداشت دهان

در مدت خوب شدن زخم مهم است بهداشت دهان به شیوه صحیحی انجام شود. دندانهای خود را طبق معمول مسواک کنید و روزهای اول از تماس با زخم خودداری کنید. اگر دندانپزشک توصیه کند، از یک ماده دهانشوی ضد باکتری (مثلاً کورسودیل، هکسیدنت یا پاروئکس) استفاده کنید.

درد و تب

وقتی اثر ماده بیحسی از بین برود ممکن درد داشته باشید و بازکردن دهان و جویدن برایتان دشوار باشد. این امری عادی است. پس از یک جراحی بزرگتر ممکن است تب نیز بکنید. اینگونه ناراحتی ها معمولاً پس از یک یا دو روز برطرف می شوند. اگر بایستی قرص مسکن بخورید ما آلودون یا پانودیل را مطابق دستور مصرف روی قوطی قرص، توصیه می کنیم. اگر آلودون یا پانودیل درد را تسکین ندهد می توان آلودون یا پانودیل را به همراه ایپرن یا ایبوپروفن مطابق دستور مصرف روی قوطی قرص مصرف کرد. از مصرف داروهای دارای ماده اسپرین (اسید آستیل سالیسیل) مانند تریو، ماگنوسیل و چندین نوع دیگر خودداری کنید چون ماده اسپرین احتمال خونریزی را بیشتر می کند.

سوالات

اگر سوالی دارید همیشه با کمال میل می توانید با دندانپزشکی تماس بگیرید. در درجه نخست با کلینیکی که دندان را کشیده تماس بگیرید.

وقتی کلینیک تعطیل است

با شماره تلفن 1177 راهنمای خدمات درمانی تماس بگیرید.

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.