

Somaliska - Råd till dig som tagit bort en tand

Talo ku socota adiga illiga laga saarey

Inaad ku fakartid

Ka taxaddar inaad carrabka ama daanka iska qaniintid markii aad suuxsan tahay.

Markee baan wax cuni karaa ama wax cabi karaa?

Markii illiga lagaa saaro ka bacdi waxaa is guntaya oo xinjiro noqonaya dhiiga si uu u difaaco meesha nabarka ah ee illigu horey ugu jiray. Si nabarku fursad ugu helo inuu buskoodo waa inaad afka luqluqan, cuntayn, wax cabin ama sigaar cabin inta kabaabyadu kaa baxayso. Sug ugu yaraan labo saacadood. Dooro cunto dhareeryi ah ama aan adkeyn 24ta saac ee u horeysa si nabarku awsan u dhibsan.

Jimicsi

Iska ilaali jimicsiga jirka 24ta saac ee u horeysa. Haddii aad saaid isku taxalujisid/kaliftid waxaad Halis ugu jiri kartaa in nabarku dhiig bilaabo.

Tubaako

Iska ilaali sigaar iyo tubaako saacadaha u horeeya markii illiga lagaa saaro ka bacdi, waxay wax yeelayaan soo buskooshada meesha illiga laga saarey.

Dhiigid

Waa iska caadi in nabarku xoogaa dhiigo 24ta saac ee u horeysa. Haddii dhiigu istaagi waayo ama markale dib u bilowdo waxaad saari kartaa meesha dhiigeysa warqadda sanko la iska tiro ama suuf qaniinyo baana ku hayneysaa ugu yaraan 30 daqiiqo. Kaddib hubi bal in dhiigii wali joogsamay. Haddii dhiigii awsan wali joogsamin, saar xaanshi ama suuf cusub kaddibna qaniinyo ku qabo 15 daqiiqo oo dheeri ah. Haduusan nabarku dhiiga joojin afar iskudey ka bacdi, la xiriir rugta caafimaadka ilkaha si aad talo u weydiisatid. Biyo ha ku luqluqan markuu nabarku dhiigo.

Barar iyo nabar buluug ah

In afka iyo qayb ka mid ah wajiga bararaan soo saarista illiga kaddib waa caadi. Bararku wuxuu ugu daran yahay 2-3 maalmood ka bacdi. Markii aw sii dhamaanayo waxaa ka dhalan kara nabarro, kuwaasoo wax aan wiig ka badneyn ku baaba,a.

Tolmada

Mararka qaarkood waxaa loo baahdaa meeshii nabarka ahayd in lagu tolo dun ay tahay in shaqaalaha caafimaadka ilkaha ka furaan 7-10 maalmood ka bacdi. Markaas say u badan tahay ballan dib usoo noqoshaa lagu qabanayaa. Mararka qaar waxaa la isticmaalaa dun ayadu iskeed u baaba,asa.

Nadaafadda afka

Inta nabarku buskoonayo waa muhiim in nadaafadda afka si sax logga shaqeeyo. U Cadeyo ilkaha sidii caadiga ahayd laakiin iska ilaali inaad taatabatid nawaaxiga nabarka maalmaha u horeeya. Ku luqluqo jermis dilayaasha lagu luqluqdo (tusaale ahaan Corsodyl, Hexident, Paroex) hadduu dhaktarkagu kusoo jeediyo.

Kaar iyo qandho

Markii kababyadu kaa baxdo kaar baad dareemi kartaa oo waxaa kugu adkaan kara af kala qaadka iyo calaliska. Dhibtaas qofka wey ka baxdaa dhowr maalmood ka bacdi. Hadaad ku khasbanaatid inaad kaniini xanuun yareeye cuntid waxaan kusoo jeedineynaa Alvedon/Panodil adoo raacaya tilmaamaha inta laga cunayo ee baakadka ku dul qoran. Haddii Alvedon/Panodil ku caawin waayaan waxaad isku dhex wadi karta Alvedon/Panodil iyo Ipren/Ibuprofen adoo raacaya tilmaamaha ku saabsan inta laga cunayo ee baakadka ku dul qoran. Iska ilaali kaniiniyada ay ku jiraan acetylsalicylsyra tusaale ahaan treor, magnecyl iyo qaar kale waxay siyaadiyaan khatarta in qofku dhiig baxo.

Suaalo

Kusoo dhawow markasta inaad nala soo xiriirtid annaga ka shaqeyna Rugta caafimaadka ilkaha haddii aad wax isweydiinaysid. La xiriir gacanta koowaad rugta wax kaa qabatay.

Markii rugtu xiran tahay

Markii rugtu xiran tahay

Wac qolada talobixinta daryeelka caafimaadka ku saabsan oo lambarkoodu yahay 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.