FOLKTANDVÅRDEN

VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN

vgregion.se/folktandvarden

Sorani - Råd till dig som tagit bort en tand

ڕێنمایی بۆ تۆ کە ددانێکت دەرهێناوە

بیر لەمانە بکەرەوە

ووریابە گاز لە زمان یان گووپت نەگریت کاتێک کە بەنج کراویت.

کەی دەتوانم دەستبکەمەوە بە خواردن و خواردنەوە؟

پاش دەرهێنانی ددانەکە تۆپەڵێک خوێنی مەییو بۆ پاراستنی برینەکە لەسەر ئەو شوێنە دروست دەبێت کە ددانەکەی تێدا بووە. بۆ ئەوەی برینەکە شانسی سارێژبوونەوەی بە باشی هەبێت، دەشێت ئاو لە ناودەمت وەرنەدەیت، خواردن نەخۆیت، هیچ نەخۆیتەوە یان جگەرە نەکێشیت تا بەنجەکە بەری دەدات. لانی کەم دوو کاژێر چاوەڕوانکە. ڕۆژی یەکەم شلەمەنی یان خواردەمەنی نەرم بخۆ بۆ ئەوەی عەزیەتی برینەکە نەدات.

ڕاهێنان

ڕۆژی یەکەم خۆت لە ڕاهێنانی جەستەیی بەدوور بگرە. گەر تۆ خۆت زۆر بڕەتێنی مەترسی ئەوە دێتە کایەوە برینەکە خوێنی لێبێت.

تووتن

چەند کاژێرێک پاش نەشتەرگەریەکە خۆت لە جگەرەکێشان یان سنووس بەدوورگرە، ئەوانە سارێژبوون خراپتر دەکەن.

خوێنبەربوون

شتێکی ئاساییە برینەکە شەووڕۆژی یەکەم کەمێک خوێنی لێبێت. ئەگەر خوێنەکەی نەگیرسایەوە یان سەلەنوێ خوێنی لێبێتەوە، دەتوانیت دەستەسرێک یان سالغیەک بخەیتە سەر شوێنی خوێن لێهاتنەکە وە بۆ ماوەی ٣٠ خولەک ددانی پێدا بنێیت. پاشان بزانە ئایا خوێنەکەی وەستاوەتەوە. ئەگەر هێشتا هەری خوێنی لێبێت، دەستەسرێک یان سالغیەکی نوێی بخەرە سەری و بۆ ماوەی ١٥ خولەکی تر ددانی پێدا بنێ. ئەگەر پاش ٤-٥ هەوڵدان خوێنەکەی نەگیرسایەوە، پەیوەندی بە بنکەی چاودێری ددانی میللیەوە بکە بۆ وەرگرتنی ئامۆژگاری. کاتێکیش خوێنی لێهات، ئیدی ئاوی تێوەرمەدە.

ئاوسان و پەڵەی شین

ئاوسانی دەموپل و چەند بەشێکی دەموچاو پاش نەشتەرگەریەکە شتێکی ئاساییە. گەورەترین ئاوسان بەزۆری ٢-٣ ڕۆژ پاش ئەوە ڕوودەدات. کاتێک ئاوساویەکە نیشتەوە، شینبوونەوە پەیدا دەبێت، کە ئەمەش پاش چەند هەفتەیەک دیار نامێنیت.

تەقەڵ

هەندێک جار پێویست دەکات برینەکە بە داو بدروورێتەوە کە پێویستە پاش ٧-١٠ ڕۆژێک لە لایەن کارمەندانی چاودێری ددانەوە دەربهێنرێت. جا لەوانەیە کاتێکی سەردانەوەت بۆ دانرێت. لە هەندێک حاڵەتی تردا جۆرە داوێک بەکاردەهێنرێت کە لە خۆیەوە دیار نامێنێت.

خاوێن ڕاگرتنی ناو دەم

گرنگە لە میانەی سارێژبوونی برینەکەدا بە شێوەیەکی دروست ناودەم پاکوخاوێن ڕاگیرێت. وەک ڕاهاتوویت ددانەکانت بە فڵچە بشۆ بەڵام لە ڕۆژەکانی یەکەمدا فڵچە لە دەرووبەری برینەکە مەدە. شلەمەنی دژەبەکتریا لە ناودەمت وەردە (بۆ نموونە کۆرسۆدیل Corsodyl ، هێکسیدیت Hexident ، پارۆئێکس Paroex) ئەگەر دکتۆری ددانەکەت ڕێنمایی ئەوە بکات.

ئازار و تالێهاتن

ڕەنگە کاتێک بەنجەکە بەریدا ئازار دروست بێت، دەمکردنەوە و جوین زەحمەت بێت. ئەمەش ئاساییە. ڕەنگە پاش نەشتەرگەری گەورەتر مرۆڤ تاشی لێبێت. لە باری ئاساییدا پاش دوو ڕۆژێک ناخۆشیەکان نامێنن. ئەگەر تۆ پێویست بکات حەبی ئازارشکێن بەکاربهێنیت، ڕێنماییت دەکەین کەڵک لە ئەلڤیدۆن / پانۆدیل وەرگریت بە پێی ئەو ئەندازەیەی لەسەر پاکەتەکەی نوسراوە. خۆت بەدوور بگرە لەو حەبانەی ترشی ئەسیتیل سالیسلیکی تێدایە بۆ نموونە تریو، ماگنێسیل، چەندین جۆری تر چونکە ترشی ئەسیتیل سالیسلیک مەترسی خۆێنبەربوون زیاد دەکات. ئەگەر هێشتا هەر ئازارەکە بەری نەدا، پەیوەندی بە کینیکەکەتەوە بکە.

پرسیار

هەمیشە بەخێرهاتنت لێدەکەین پەیوەندی بە ئێمەوە بکەیت لە بنکەی چاودێری ددانی میللی ئەگەر پرسیارت لەسەر شتێک هەبوو. بە پلەی یەکەم پەیوەندی بەو کلینیکەوە بکە کە نەشتەرگەریەکەی ئەنجامداوە.

ئەگەر کلینیکەکە داخرابوو

پەیوەندی بە مەڵبەندی ڕێنماییدانی نەخۆشەوە بکە بە ژمارە تەلەفۆنی ١١٧٧ .

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 sårläkningen är det viktigt att munhygienen 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. Undvik tabletter med acetylsalicylsyra till exempel Treo, Magnecyl med flera då acetylsalicylsyra ökar blödningsrisken. Går smärtan inte över, kontakta din klinik.

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.