

# Verhaltensregeln nach zahnärztlichen Operationen

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

zur Vermeidung von Wundheilungsstörungen und anderen Komplikationen beachten Sie bitte die folgenden zehn Verhaltensregeln nach operativen Eingriffen im Mund- und Kieferbereich.

1. Nach einer örtlichen Betäubung und durch die Belastung des chirurgischen Eingriffes kann Ihre Reaktionsfähigkeit - insbesondere auch bei aktiver Teilnahme im Straßenverkehr - für mehrere Stunden herabgesetzt sein. Sie sollten sich daher am Besten nach Hause fahren lassen. Bis zum Abklingen der Betäubung (das kann einige Stunden dauern) wegen der Verletzungsgefahr nichts essen und nichts Heißes trinken.
2. Zum Schutz der Wunde und für eine möglichst ungestörte erste Blutgerinnung beißen Sie bitte zirka 15 Minuten auf den Tupfer. Danach ziehen Sie ihn vorsichtig zur Seite hin ab. Bei einem angelegten Druckverband richten Sie sich bitte nach unseren speziellen Empfehlungen. Sollte wider Erwarten eine Nachblutung auftreten, beißen Sie erneut eine halbe Stunde lang auf ein zusammengerolltes, sauberes und angefeuchtetes Stofftuch. Im Zweifelsfall rufen Sie uns bitte in der Praxis an. Zahnärztliche Notfalldienste finden Sie auch auf unseren Internetseiten unter „Service / Schnelle Hilfe“.
3. Zur Vermeidung einer Schwellung nach dem Eingriff (zum Beispiel nach dem Entfernen der Weisheitszähne) sind häufige feucht-kalte Umschläge bis zur Folgenacht sehr hilfreich. Wickeln Sie Eis oder Kühlakkus in ein Tuch, um unmittelbaren Hautkontakt und kühlungsbedingte Hautschädigungen zu vermeiden. Legen Sie bitte ein dickes Kissen unter den Kopf und vermeiden Sie eine Flachlage.
4. Nach Abklingen der Betäubung sollten Sie für die nächsten Tage weiche, nicht zu heiße Kost zu sich nehmen. Auf Milchprodukte verzichten, da sie zu Belägen führen können. Außerdem können Keime in der Wunde Entzündungen auslösen. Schonen Sie beim Kauen möglichst die behandelte Seite.
5. In den nächsten 24 Stunden sollte Sie weder Alkohol noch Bohnenkaffee, Cola oder schwarzen Tee trinken. Verzichten Sie für heute auf das Rauchen. Dadurch verringern Sie die Gefahr einer Nachblutung und tragen zu einer besseren Wundheilung bei.
6. Sollte das Öffnen des Mundes nach der Behandlung leicht eingeschränkt sein, darf Sie das nicht beunruhigen. Bemerken Sie jedoch eine starke Kieferklemme, anhaltende Gefühlsstörungen und/oder stärker werdende pochende Schmerzen oder Fieber, kommen Sie bitte sofort zu uns oder suchen Sie den Notdienst auf.
7. In der ersten Woche nach dem Eingriff sollten Sie körperliche Anstrengungen vermeiden. Dies gilt insbesondere, wenn eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung ausgestellt wurde. Beachten Sie bitte die Daten dieser Bescheinigung: eine Gesundheitschreibung ist nicht nötig. Nach einer Behandlung weder ein Sonnenbad nehmen noch in die Sauna gehen. Beides regt die Durchblutung an und kann neue Blutungen auslösen.
8. Putzen Sie Ihre Zähne und eventuell vorhandene Prothesen wie gewohnt. Putzen Sie dabei jedoch nicht im Operationsbereich und vermeiden Sie starkes Spülen. Das Benutzen elektrischer Zahnbürsten außerhalb des Operationsbereiches ist möglich. Mundduschen erst wieder nach abgeschlossenem Heilungsprozess anwenden.
9. Wenn Ihnen Medikamente verordnet wurden, halten Sie sich bitte exakt an die Einnahmever-schriften. Besonders bei Schmerztabletten darf eine Höchstdosierung nicht überschritten werden. Sollten Sie trotz der verordneten Medikamente immer noch Schmerzen haben, nehmen Sie auf keinen Fall blutverdünnende Medikamente, wie Aspirin. ASS-haltige Präparate können neue Blutungen verursachen. Greifen Sie stattdessen lieber auf Pharmazeutika wie Ibuprofen oder Paracetamol zurück.
10. Halten Sie auch bei ungestörtem Heilungsverlauf unbedingt Ihre vereinbarte Kontrolluntersuchung ein.

**Wir wünschen Ihnen gute Besserung!**