

## ZALECENIA PO USUNIĘCIU ZĘBA

- Opatrunek uciskowy utrzymywać przez 30 minut.
- Przez 2 godziny unikać jedzenia, picia, płukania jamy ustnej. Przez 2-3 doby dieta półpłynna, papkowata, unikać pokarmów, które mogą utkwąć i drażnić ranę (np. popcorn, musli). Płukanie przeciwwskazane przez cały okres gojenia, gdyż może usunąć skrzep.
- Bezwzględny zakaz palenia papierosów przez cały okres gojenia (minimum 5 dni).
- Stosować zimne okłady zewnętrznie na skórę (np. mrożonki przez ręcznik, aby nie odmrozić skóry) przez 10 minut co godzinę.
- Unikać ocieplania i ogrzewania okolicy operowanej. (np. nie przytulać głowy do poduszki z tej strony)
- Unikać wysiłku fizycznego, biegania, dźwigania.
- Zakaz spożywania alkoholu.
- Jeżeli nie przekazano recepty z konkretnymi lekami, to do likwidowania dolegliwości najlepiej stosować ibuprofen oraz paracetamol. Unikać aspiryny i innych pochodnych kwasu acetylosalicylowego (zaburzają krzepnięcie krwi).
- W razie wątpliwości i niepokoju prosimy o kontakt bezpośrednio z lekarzem pod numerem 606608902 (przy braku połączenia prosimy o napisanie smsa, oddzwonimy jak najszybciej).
- W przypadku wystąpienia krwawienia, pierwszą pomocą jest zastosowanie ucisku bezpośredniego w miejscu rany. Najlepiej użyć do tego celu sterylnych gazików zwiniętych w kostkę i zagryzionych zębami przeciwstawnymi.
- W razie braku poprawy w przypadku silnego krwawienia może być potrzeba szukania pierwszej pomocy lekarskiej na ostrym dyżurze lub przez wezwanie pogotowia.