

Dari - Råd till dig som tagit bort en tand

توصیه هائی برای شما که دندان خود را کشیده اید

به خاطر داشته باشید که

که در هنگامی که دهن شما بیحس باشد از احتیاط کار بگیرید تا زبان و گونه ای خویش را دندان نگیرید.

چی وقت میتوانم بخورم و بنوشم؟

پس از اینکه یک دندان کشیده شد لخته ای از خون در جایش تشکیل می شود تا زخم ناشی از دندان کشیده شده را محافظت نماید. اگر برای این زخم، فرصت جور شدن آن فراهم گردد، شما نباید که دهن خود را بشوئید. چیزی نخورید و ننوشید و سگریته هم نکشید تا اینکه بیحس بودن دهن شما برطرف شود. باید دست کم دو ساعت صبر کنید. در همان شبانه روز اول، غذاهای آبکی یا ملایم بخورید تا از تخریش زخم جلوگیری نموده باشید.

تمرین

در شبانه روز نخست از تمرین نمودن بدنی خودداری کنید. اگر بر خود فشار بیاورید، خطر خونریزی کردن زخم وجود دارد.

تنباکو

هنگامی که دندان خود را کشیدید در ساعات اولیه آن، از سگریته کشیدن و نسوار استفاده کردن خودداری نمائید چونکه در غیر این صورت، درمان شدن زخم شما خراب می گردد.

خونریزی

این طبیعی است که زخم دندان کشیده شده در شبانه روز نخست اندکی خونریزی به همراه دارد. اگر این خونریزی بند نشود یا دوباره شروع شود، شما می توانید که یک دستمال کاغذی پاک یا یک پارچه گاز را بر روی زخم بگذارید و دهن خود را برای دست کم ۳۰ دقیقه جفت بگیرید. سپس نگاه کنید که آیا خونریزی ایستاد شده است یا نه. چنانچه خونریزی ادامه داشته باشد، شما دوباره یک دستمال کاغذی پاک یا یک پارچه گاز تمیز را برای ۱۵ دقیقه دیگر بر آن بگذارید. در صورتیکه پس از ۴ تا ۵ بار دستمال گذاشتن باز هم این خونریزی ایستاد نشود، برای دریافت مشوره، شما با کلینیک دندان فولک تاند وردن (Folktandvården) تماس بگیرید. در هنگام خون آمدن از جای زخم، دهن خود را شستشو ندهید.

آماس و کبودی

پس از مداخله عمل دندان کشیدن، طبیعی می باشد که دهن و بخشهایی از صورت آماس میکند. این آماس (پندیدگی) در همان ۲ - ۳ روز نخست به بیشترین اندازه می باشد. پس از اینکه آماس کم شد، ممکن است کبودی به جای آن پیدا شود که اینهم پس از چند هفته ای برطرف میشود.

بخیه

گاهی لازم می شود که این زخم با تار دوخته شود که کوک های آنرا کارکنان کلینیک دندان پس ۷ تا ۱۰ بر میدارند. در چنین مورد، احتمال دارد که برای شما وقت ملاقات دوباره داده شود. در موارد دیگر هم از تاری کار گرفته می شود که خود بخود برداشته می شود.

نظافت دهن

در مدت زمانی که زخم جور می شود، این مسئله مهم میباشد که به نظافت دهن به شکل درست آن رسیدگی شود. دندان های خود را طبق معمول برس بزنید اما از دست زدن به ناحیه زخم در روزهای نخست خودداری نمائید. اگر که دکتور دندان به شما سفارش کند، شما دهن خود را با محلول ضد بکتريا (به گونه نمونه با Corsodyl، Hexident یا با Paroex) شستشو بدهید.

درد و تب

پس از اینکه تأثیر بیحس بودن دهن شما پایان یافت، ممکن است که شما درد داشته باشید و باز کردن دهن و جویدن نیز برای شما سخت باشد که البته این طبیعی می باشد. پس از مداخله یک عمل بزرگ، ممکن است که شما تب هم بکنید. این تکلیف معمولاً پس از یکی دو روز گم می شود. اگر شما حتماً باید تابلیت درد بخورید، ما به شما سفارش می کنیم که تابلیت الویدون (Alvedon) یا پانودیل (Panodil) بخورید آنها مطابق با دستورات مقدار مصرف آن که بر قوطی آن نوشته شده است. از مصرف نمودن تابلیت هائی که اسیتیل سالیسیلیک اسید (اسپرین) داشته باشد، خودداری نمائید مثلاً از تریو (Treo) و مگنسیل (Magnecycl) و مانند اینها، زیرا که اسیتیل سالیسیلیک اسید خطر خونریزی کردن را بیشتر می کند. اگر درد بر طرف نه شد، شما با کلینیک خود در تماس شوید.

پرسشها

شما هر گاه که پرسشی در این باره داشته باشید ما در کلینیک فولک تاند وردن به شما همیشه خوش آمدید می گوئیم؛ اما در قدم اول، شما با کلینیکی که این عمل را انجام داده است تماس بگیرید.

هنگامی که کلینیک بسته باشد

به دفتر معلومات خدمات درمانی به شماره تلفون ۱۱۷۷ زنگ بزنید.

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. 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.