

## Verhaltensregeln nach Zahntfernung

Hier haben wir für Sie einige Tipps zusammengestellt, die Ihnen unnötige Schmerzen ersparen sollen und für eine gute Wundheilung hilfreich sind.

**Wattetupfer** Wenn Sie einen Wattetupfer auf die Wunde bekommen haben, sollten Sie ca. 30 Min. auf diesen beißen (zur Blutstillung).

**Nicht spülen** Die Wunde verschließt sich zunächst mit einem Blutpfropf. Wird das Blut durch ständiges Mundspülen oder ausspucken verdünnt, kann sich der Wundpfropf nicht ausbilden, die Wunde nicht heilen und es treten Nachblutungen auf.

**Trinken** Anregende Getränke meiden. Heute keinen Kaffee, schwarzen Tee, Alkohol.

**Essen** Erst nach Wiederkehr des vollen Gefühls, frühestens nach 2 Stunden. Scharf gewürzte und heiße Speisen meiden. Im Wundbereich bitte sehr vorsichtig sein. Eindringen von Essensresten in die Wunde vermeiden.

**Rauchen** Heute gar nicht! (Kann den Blutpfropf auflösen!)

**Anstrengung** Vermeiden wegen der Gefahr einer Nachblutung durch erhöhten Blutdruck. Nicht bücken, nicht heben, keinen Sport.

**Autofahren** Vermeiden wegen herabgesetzter Reaktionsfähigkeit für 2 bis 3 Stunden.

**Kühlen** Zur Verringerung der Schwellung nach einer komplizierten oder operativen Zahntfernung zu empfehlen, max. 2 Tage. In keinem Fall innerhalb der ersten 24 Stunden Wärme anwenden (Sonnenbad, Sauna, Trockenhaube etc.).

**Schmerzen** Nach dem Abklingen der Betäubung ist mit einem Wundgefühl zu rechnen. Dies muss aber normalerweise im erträglichen Rahmen bleiben. Es kann vorkommen, dass sich der Mund vorübergehend nicht mehr weit öffnen lässt oder Schluckbeschwerden auftreten (untere Weisheitszähne). Bei ungewohnt heftigen Schmerzen, die nach 1-2 Tagen auftreten, sollten Sie zur Kontrolle und Nachbehandlung zu uns kommen.

**Temperatur** Sollte die Körpertemperatur über 38,5°C steigen, ist dies ein Anzeichen für eine Wundinfektion und ein Grund, erneut einen Zahnarzt aufzusuchen.

**Blutungen** Können in geringem Umfang nach Zahntfernungen vorkommen und sind i. d. R. ungefährlich. Bei anhaltenden Blutungen sollten Sie für 30 Min. fest auf ein zusammengefaltetes Stofftaschentuch beißen. Dabei sollten Sie sich nicht flach hinlegen, sondern den Kopf möglichst hoch lagern (Blutdruck sinkt). Wenn die Blutung danach nicht aufhört, Zahnarzt aufsuchen.

**Mundpflege** Die Wunde selbst nicht reinigen, sonst normale Mundhygiene.

Bitte halten Sie einen eventuellen Kontrolltermin unbedingt ein!

**Wir wünschen Ihnen gute Genesung!**