

Μετεγχειρητικές Οδηγίες μετά από Εξαγωγές Οδόντων και Τοποθέτηση Εμφυτευμάτων

Φάρμακα-Αγωγές

Σιγουρευτείτε ότι έχετε αναφέρει πλήρες ιατρικό ιστορικό και λήψη φαρμάκων.

1. Παισιίωνα

Λαμβάνετε τα παυσίπωνα σύμφωνα με τις οδηγίες προτού ακόμα αρχίσετε να πονάτε. Αν ο πόνος έχει εγκατασταθεί τότε χρειάζεστε μεγαλύτερη δόση και πιο ισχυρά παυσίπωνα.

2. Αντιβιοτικά

Αν έχουν χορηγηθεί τότε τα λαμβάνετε για όλες τις μέρες που αναγράφονται στη συνταγή. Πιθανώς θα χρειαστείτε φάρμακα για την αποτροπή ενοχλήσεων από το στομάχι (Losec) ή από το έντερο (Ultralevure). Κάποιοι ασθενείς πρέπει να λαμβάνουν προφυλακτικά αντιβίωση. Σιγουρευτείτε ότι το έχετε αναφέρει αν το ξέρετε ήδη.

3. Στοματικά διαλύματα

Συνίστανται πλύσεις με χλωρεξιδίνη 0,12% ή 0,20% για 2 βδομάδες. Οι πλύσεις θα γίνονται 2 φορές κάθε μέρα μετά το βούρτισμα των δοντιών. Καλό είναι να μην γίνεται έντονη περιδίνιση του διαλύματος αλλά απλώς να το αφήσετε να λιμνάσει στην περιοχή των εξαγωγών. Αρχίστε το διάλυμα από την επόμενη της επέμβασης.

4. Πάγος

Ο πάγος θα περιορίσει το πρήξιμο. Αν σας έχει συσταθεί να χρησιμοποιήσετε πάγο τότε θα τοποθετήσετε κρύα επιθέματα εξωτερικά (στο δέρμα που αντιστοιχεί στην ενδοστοματική χειρουργημένη περιοχή) για 20- 30 συνεχόμενα λεπτά με διαλείματα 1 ώρας για τις πρώτες 2 μέρες. Το επίθεμα μπορεί να είναι είτε μίας χρήσης είτε πολλαπλών χρήσεων και θα τα αγοράσετε από το φαρμακείο.

5. Φάρμακα που έχουν σχέση με την πήξη του αίματος χρειάζονται ειδική διαχείριση. Αποφύγετε την **ασπιρίνη**.

6. _____

Στοματική Υγιεινή

Ο σκοπός είναι να κρατάτε καθαρό το στόμα χωρίς να ενοχλείτε την χειρουργημένη περιοχή.

Την πρώτη μέρα μην βουρτσίζετε τα δόντια σας.

Από τη δεύτερη μέρα βουρτσίζετε με την οδοντόβουρτσα σας μέχρι 2 δόντια πριν την ευαίσθητη περιοχή για 2 βδομάδες. Αν χρειαστεί θα αγοράσετε πολύ μαλακή οδοντόβουρτσα για καθαρισμό της περιοχής μετά τις 14 μέρες.

Δίαιτα

Σύσταση

Να τρώτε μόνο μαλακές τροφές για 1 βδομάδα. Να αποφεύγετε την περιοχή.

Θερμοκρασία

Να αποφεύγετε τις ζεστές τροφές. Μόνο χλιαρές ή ακόμα καλύτερα κρύες.

Οχι καλαμάκια

Να αποφύγετε τα γαλακτομικά την πρώτη μέρα.

Κάπνισμα

Το κάπνισμα χειροτερεύει την πρόγνωση κάθε χειρουργικής διαδικασίας, επιβαρύνει κάθε φλεγμονώδη επεξεργασία και γενικά επιβραδύνει την ικανότητα του οργανισμού για επούλωση.

Απαγορεύεται το κάπνισμα για 2 βδομάδες τουλάχιστον μετά την επέμβαση για καλύτερη επούλωση του τραύματος.

Γυμναστική –Έντονη Φυσική Δραστηριότητα

- Απαγορεύεται για την πρώτη μέρα ακόμα και το έντονο περπάτημα.
- Συνήθως 3 μέρες αρκούν αν και μέχρι 1 βδομάδα μπορεί να χρειάζεται αποχή από κάθε είδους έντονη φυσική δραστηριότητα.

Κολυμβητήριο

Αποχή για όσο υπάρχει ανοικτή πληγή στο στόμα. Συνήθως 1 βδομάδα αρκεί.

Ράμματα

Αν σας έχουν τοποθετηθεί ράμματα θα αφαιρεθούν 1 βδομάδα μετά.

Αν δεν βλέπετε κάποια ράμματα μην ανησυχήσετε.

Αν κάποιο ράμμα είναι χαλαρό μην επιχειρήσετε να το αφαιρέσετε μόνοι σας.

Αναμενόμενες Ενοχλήσεις

1. Αιμορραγία.

- Αναμένουμε μικρή αιμορραγία για τη πρώτη μέρα και ακόμα λιγότερο τη δεύτερη. Λίγο αίμα στο μαξιλάρι το πρωί της επόμενης δεν είναι ανησυχητικό.
- Καλύτερα να καταπίνετε τη μικρή ποσότητα αίματος από το να φτύνετε. Μπορεί να διαταραχθεί το πήγμα του αίματος στο μετεξαξτικό φατνίο και να δημιουργηθεί πρόβλημα.
- Αν σας έχει δοθεί γάζα να τη δαγκώνετε με σταθερή πίεση. Αλλάζετε κάθε 30-60 λεπτά. Μην χρησιμοποιήσετε περισσότερες γάζες από όσες σας δοθούν και μην κοιμηθείτε με γάζα στο στόμα. Μην δαγκώνετε τίποτα άλλο.

2. Πόνος

- Συνήθως κρατάει μέχρι 2 μέρες. Ενόχληση θα υπάρχει για 1 -2 βδομάδες ίσως και λίγο παραπάνω.
- Πausίπινα για την 1^η και 2^η μέρα και επί πόνου μετά.
- Αν υπάρξει έντονος πόνος μετά την 3-4^η μέρα ενώ στο μεταξύ είχε ηρεμήσει τότε υπάρχει περίπτωση να αναπτύχθηκε ξηρό φατνίο (Φλεγμονώδης διαταραχή της επούλωσης).

3. Οίδημα (πρήξιμο)

Το πρήξιμο δεν είναι ασύνηθες. Αν πρηστείτε θα φτάσει στο μέγιστό του τη δεύτερη μέρα και θα αρχίσει να υποχωρεί σταδιακά από την τρίτη μέρα. Ο πάγος βοηθάει για τις πρώτες 2 μέρες.

4. Δοκίδες φατνιακού οστού

θραυσμένες κατά την εξαγωγή οδόντων μπορούν να παραμείνουν μέσα στο μετεξακτικό φατνίο και σταδιακά και σχετικά επώδυνα να ανεβούν στην επιφάνεια και να αποβληθούν μόνες τους. Αυτό συμβαίνει σπάνια.

Αν τα εμφυτεύματα τοποθετήθηκαν με CAD/CAM χειρουργικό οδηγό τότε αναμένουμε ελάχιστες από τις παραπάνω ενοχλήσεις.

Τηλεφωνήστε για έντονη αιμορραγία και πόνο που επιμένουν μετά την δεύτερη μέρα. Επίσης για πρήξιμο που εμφανίζεται 3-4 μέρες μετά.