

## بیمار محترم :

لطفاً به توصیه های زیر که جهت راحتی و آرامش بیشتر شما در چند روز اول پس از جراحی است، با دقت توجه فرمائید.

1- جهت جلوگیری از تورم در ناحیه جراحی طی 24 ساعت اول از یک کیسه فریزر پر از قالب یخ استفاده نمایید. کیسه یخ را روی سطح خارجی صورت 20 دقیقه در محل جراحی گذاشته و سپس به مدت 5 دقیقه کیسه را برمی دارید و دوباره تکرار می کنیم. تورم و تغییر رنگ شایع است. این عمل خونریزی و تورم را کاهش داده و یک اثر ضد درد اعمال می کند.

2- وجود کمی نشت خون طبیعی است. در صورت بروز خونریزی شدید، یک گاز مرطوب روی محل جراحی به مدت 15 دقیقه فشار دهید. در صورت ادامه مشکل با کلینیک

تماس بگیرید. در 24 ساعت اول بعد از جراحی هر گونه فعالیت فیزیکی بایست محدود شود.

3- به هیچ عنوان لب خود را برای مشاهده محل جراحی کنار نزنید. بخیه ها محکم شده اند و ممکن است فشار و کشش آن ها را پاره کند. تا مدت 3 روز بعد از جراحی از مسواک زدن ناحیه خودداری نمایید بعد از این زمان می توانید از مسواک نرم به دقت در محل استفاده نمایید.

4- دقت شود که حداقل تا 3 ساعت پس از عمل از خوردن غذاهای سفت، شستشوی دهان با مایعات گرم خودداری شود و حتی المقدور دهان بسته بماند. نوشیدن مایعاتی نظیر آب میوه، سوپ و غذاهای نرم نظیر ماست و ژله توصیه می شود. مصرف مایعات خنک در چند ساعت اول پس از جراحی باعث کاهش

خونریزی، تسکین درد و جبران مایعات از دست رفته بدن می شود.

- درد و ناراحتی بعد از جراحی به علت وجود زخم در محل امری طبیعی است. مصرف درست و طبق دستور آنتی بیوتیک، مسکن در کنترل درد و عفونت احتمالی بسیار مفید است.

- استفاده از دهانشویه های ضد میکروبی رایج در بازار به مدت 5 روز، هر روز 2 مرتبه به ضد عفونی سازی محل کمک می کنند.

5- در روز بعد از جراحی می توان با کمک یک حوله گرم و مرطوب از روی صورت ناحیه را گرم کرد. این کار را تا 2 الی 3 روز بعد ادامه دهید. استفاده از آب نمک رقیق و ولرم به مدت 1 دقیقه در ناحیه جراحی هر 2 ساعت پیشنهاد می شود. این کار را می توان تا 2 روز بعد از برداشت بخیه ادامه داد.

بسمتعالی

عنوان:

توصیه‌های لازم پس از جراحی قطع ریشه دندان

تهیه و تنظیم

زحراتوانا

استاد راهنما

دکتر صاحبی

دفتر پرستاری دانشکده دندانپزشکی

تابستان 89

منابع:

کتاب مسیرهای پالپ

دکتر ترابی نژاد

6- حداقل به مدت 3 روز بعد از جراحی از استعمال دخانیات و مشروبات الکلی پرهیز شود.

7- فعالیت روزمره را می‌توانید باقید احتیاط ادامه دهید، اما به مدت 3 روز پس از جراحی از کارها و ورزش‌های سنگین اجتناب نمایید.

8- برای برداشتن بخیه‌ها طبق توصیه جراح باید در زمان مناسب مراجعه کنید (معمولاً 7-10 روز بعد) در صورت وجود هرگونه مشکل می‌توانید مجدداً مراجعه نمایید یا تلفنی تماس بگیرید.

9- برای پیگیری وضعیت بهبودی بیماری دندان مربوطه باید در زمان‌های مشخص مجدداً مراجعه نمایید.