

Gute Besserung!

Nach einer Zahn-OP helfen bewährte Verhaltensregeln, um die schnelle Heilung zu unterstützen.

Irgendwann einmal steht bei fast jedem Menschen ein zahnmedizinischer Eingriff an – wie etwa das Ziehen eines Weisheitszahns, die Entfernung einer entzündeten Wurzelspitze oder eine Operation am Zahnfleisch. Danach bleibt naturgemäß eine Wunde im Mund zurück, die das normale Essen und Kauen eine Zeit lang beeinträchtigt. Doch Sie können die Heilung durch bewährte Maßnahmen begünstigen und beschleunigen.

Die Experten der Deutschen Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde geben dazu folgende Tipps:

- Auch nach einer nur örtlichen Betäubung kann Ihre Reaktionsfähigkeit für mehrere Stunden herabgesetzt sein. Lassen Sie sich deshalb im Auto nach Hause fahren oder nutzen Sie öffentliche Verkehrsmittel.
- Essen Sie bis zum Abklingen der Betäubung wegen der Verletzungsgefahr bitte nichts, und verzichten Sie auch auf Heißgetränke.
- Zum Schutz der Wunde und für eine möglichst ungestörte erste Blutgerinnung beißen Sie bitte ca. 15 Minuten auf den eingelegten Tupfer. Danach ziehen Sie ihn vorsichtig zur Seite ab. Bei einem angelegten Druckverband richten Sie sich bitte nach den speziellen Empfehlungen des Zahnarztes oder Kieferchirurgen.

- Sollte wider Erwarten eine Nachblutung auftreten, beißen Sie erneut für eine halbe Stunde auf ein zusammengerolltes, sauberes und angefeuchtetes Stofftaschentuch.
- Damit eine Schwellung nach dem Eingriff schneller abklingt, helfen häufigere feucht-kalte Umschläge bis zur Folgenacht. Legen Sie Eispackungen nie direkt auf die Haut!
- Wenn Sie sich zu Hause ausruhen möchten, legen Sie unbedingt ein dickes Kissen unter den Kopf. Denn eine Flachlage begünstigt Schwellungen.
- Nach dem Abklingen der Betäubung sollten Sie in den nächsten Tagen weiche und nicht zu heiße Kost zu sich nehmen. Verzichten Sie dabei aber auf Suppen.
- Schonen Sie beim Kauen so weit wie möglich die behandelte Seite.
- In den ersten 24 Stunden nach der OP sollten Sie weder Alkohol noch Bohnenkaffee, Cola oder schwarzen Tee trinken. Stellen Sie in diesem Zeitraum auch das Rauchen ein.
- Gehen Sie in den ersten Tagen nach dem Eingriff nicht in die Sauna.

- Falls die Mundöffnung nach der Behandlung leicht eingeschränkt sein sollte: Keine Sorge, das ist durchaus normal. Bemerken Sie jedoch eine starke Kieferklemme, anhaltende Gefühlsstörungen oder stärker werdende Schmerzen, suchen Sie bitte sofort die Praxis auf.
- In der ersten Woche nach dem Eingriff sollten Sie körperliche Anstrengungen komplett vermeiden und keinen Sport treiben.
- Putzen Sie wie üblich regelmäßig Ihre Zähne und – sofern vorhanden – auch Ihre Prothese, doch sparen Sie dabei die Operationsstelle aus. Vermeiden Sie kräftiges Spülen. Die Benutzung einer elektrischen Zahnbürste außerhalb des operierten Bereichs ist möglich. Eine Munddusche sollten Sie bis zur vollständigen Abheilung nicht benutzen.
- Wenn Ihnen Medikamente verordnet wurden, halten Sie sich bitte exakt an die Einnahmевorschrift. Insbesondere bei Schmerztabletten ist auf die Höchstdosis zu achten!
- Nehmen Sie auch bei ungestörtem Heilungsverlauf den nächsten Termin zur Kontrolluntersuchung unbedingt wahr.

