دکتر مهرناز رفیعی
متخصص جراحی لثه و ایمپلنت
بورد تخصصی

پشتیبانی پس از جراحی
09106674873
اسکن: تماس، سایت و اینستاگرام
drrafiee.com

# مراقبت‌های پس از کشیدن دندان

Tooth Extraction

## از لخته خون محل کشیدن دندان محافظت کنید.

تا ۲۴ ساعت دهان را نشویید، تف نکنید و زخم را لمس نکنید.

## گاز استریل و کنترل خون‌ریزی

گاز روی زخم را حدود ۳۰ دقیقه با فشار یکنواخت نگه دارید. کمی خونابه طبیعی است. اگر خون‌ریزی فعال ادامه داشت، گاز استریل مرطوب تازه بگذارید و ۳۰ دقیقه دیگر فشار دهید. در صورت تداوم خون‌ریزی پس از یک ساعت با مطب تماس بگیرید. با گاز داخل دهان غذا نخورید و نخوابید.

## استراحت، درد و تورم

روز نخست استراحت کنید و تا ۴۸ ساعت از ورزش سنگین و بلندکردن بار پرهیز نمایید. در ۲۴ ساعت اول، کمپرس سرد با پوشش پارچه‌ای، هر بار ۱۰ دقیقه و با ۱۰ دقیقه فاصله استفاده شود. تورم معمولا طی ۲ تا ۳ روز بیشتر و سپس کمتر می‌شود. پس از کشیدن ساده، تورم ممکن است کم باشد؛ در صورت کشیدن دشوار یا جراحی، تورم و کبودی بیشتر قابل انتظار است.

## خوردن و آشامیدن

از یک ساعت پس از کشیدن دندان، پس از خارج‌کردن گاز و کنترل خون‌ریزی، غذای نرم و خنک یا هم‌دمای اتاق مصرف کنید. تا زمان خواب همان روز از غذا و نوشیدنی گرم پرهیز نمایید.
مراقب گازگرفتن لب و زبان بی‌حس باشید. چند روز غذای نرم بخورید و با سمت مقابل بجوید؛ از مغزها، دانه‌ها و خوراکی‌های سفت و ترد پرهیز کنید.

**دکتر مهرناز رفیعی**

متخصص جراحی لثه و ایمپلنت

بورد تخصصی

پشتیبانی پس از جراحی

09106674873

اسکن: تماس، سایت و اینستاگرام

drrafiee.com

## بهداشت دهان و دهان‌شویه

پس از گذشت ۲۴ ساعت، دندان‌ها را آرام مسواک بزنید؛ با حفره و بخیه‌های احتمالی تماس ندهید. اگر دهان‌شویه تجویز شده است، از روز بعد و پس از ۲۴ ساعت، به مدت دو هفته، صبح و شب، هر بار ۳۰ ثانیه به‌آرامی استفاده کنید؛ نبلعید و تا یک ساعت دهان را با آب نشویید. داخل حفره را با انگشت، خلال یا سرنگ دستکاری نکنید.

## پیشگیری از حفره خشک

تا یک هفته از نی استفاده نکنید. در دوره ترمیم از سیگار، قلیان و ویپ پرهیز کنید. درد شدید و رو به افزایش در روزهای نخست، به‌ویژه همراه انتشار به گوش یا بوی بد، ممکن است نشانه حفره خشک باشد و نیاز به معاینه دارد؛ با مطب تماس بگیرید و چیزی داخل زخم نگذارید.

## داروها، بخیه‌ها و پیگیری

مسکن را مطابق دستور مصرف کنید؛ آنتی‌بیوتیک فقط در صورت تجویز لازم است. داروهای روزانه، به‌ویژه رقیق‌کننده‌های خون، خودسرانه قطع نشوند. اگر بخیه دارید، آن را نکشید؛ در موعد تعیین‌شده برای معاینه و بررسی نیاز به برداشتن بخیه مراجعه نمایید. باقی‌ماندن بی‌حسی لب، چانه یا زبان تا روز بعد را اطلاع دهید.

## در این موارد همان روز با مطب تماس بگیرید

خون‌ریزی بندنیامدنی، تب ۳۸ درجه یا بیشتر، ترشح چرکی، درد مهارنشده با دارو، تورم رو به افزایش پس از روز سوم یا ناتوانی در نوشیدن مایعات.

**تنگی نفس، مشکل بلع یا تورم سریع صورت و گردن:**

**فورا به اورژانس مراجعه فرمایید.**

این راهنما مکمل دستور اختصاصی جراح است. در صورت دریافت آرام‌بخش یا بیهوشی، دستور همراهی و منع رانندگی را رعایت کنید.

Sources: University College London Hospitals / Cleveland Clinic