

Postoperatives Verhalten

- Schmerzen:** Leichtes Unbehagen/Schmerzen sind nach einem oralchirurgischen operativen Eingriff zu erwarten. Das größte Unbehagen tritt vom zweiten bis zum fünften postoperativen Tag auf. Es ist **wichtig die unten aufgeführten Instruktionen**, die Kontrolltermine und die verordnete Medikamenteneinnahme **einzuhalten**.
- Schwellung:** Eine Schwellung wird für etwa die ersten fünf Tage erwartet. Um die Schwellung zu minimieren sofort nach dem chirurgischen Eingriff das Operationsgebiet mit feuchtkalten Umschlägen (Eis in feuchtem Waschlappen) von außen kühlen. Intervalle von ca. 15 Minuten Kühlung und ca. 5 Minuten Pause einhalten, um die Haut nicht zu unterkühlen. Kühlung insgesamt für die ersten drei Tage.
- Schlafen:** **Der Kopf sollte für die ersten beiden Tage hochgelagert werden** (Blutdruck im Kopf minimieren). Da blutiger Speichel aus dem Mund fließen kann, Bettwäsche schützen!
- Nachblutung:** Ein etwas rot gefärbter Speichel ist in den ersten zwei postoperativen Tagen normal und sollte Sie nicht beunruhigen. Bei starker und dauernder Blutung eine **halbe Stunde (Kontrolle mit Uhr) ununterbrochen fest auf einen Tupfer, Mullbinde oder gerolltes Stoff-Taschentuch beißen** und von außen kühlen, danach rausnehmen. Nicht übermäßig Bücken, nicht Heben! Falls keine Besserung auftritt, die Praxis oder einen Arzt anrufen.
- Mundspülung:** Die ersten zwei Tage nicht fest ausspülen. **Ab dem dritten Tag vorsichtig mit kaltem Kamillentee oder Mundspülung dreimal täglich spülen**. Die Mundspülungen helfen Speisereste zu entfernen und verhindern bzw. verbessern den unangenehmen Geschmack.
- Mundhygiene:** Normale Mundhygiene in allen Bereichen, in denen nicht operiert wurde. Das Operationsgebiet nicht direkt mit Zahnbürste oder Zahnseide reinigen. Oberflächlich kann die Wunde mit Wattestäbchen (getränkt in Kamille oder Mundspülung) gereinigt werden.
- Nahrung:** Eine nahrhafte Kost und reichlich Flüssigkeitsaufnahme sind während des Heilungsprozesses einzuhalten. Am besten weichere Kost. **Vermeiden Sie die ersten drei Tage Alkohol, Nikotin, Koffein.** Achten Sie auf eine ausgeglichene Ernährung mit viel vitaminreicher Kost (v.a. Gemüse) und genügendem Nährgehalt (Hülsenfrüchte, Nudeln, Reis, Fisch). Vermeiden Sie scharfes Essen, zu viel Säure (auch Fruchtsäure) und raffinierten Zucker (Schokolade, Süßspeisen, zuckerhaltige Getränke etc. Damit wird eine entzündungsminimierende Wundheilung gewährleistet. Unterstützende Ergänzungsmittel wie Vitamin B12,C,D und Spurenelemente wie Zink,Folsäure und Calcium wirken sich positiv auf die Wundheilung aus.
- Aktivität:** Sie sollten **die ersten drei Tage jegliche körperliche Anstrengung vermeiden**. Sportliche Anstrengung frühestens nach einer Woche, ebenso Sauna, Sonne und Solarium. Trainieren Sie die Mundöffnung mehrmals täglich,

Falls während des Eingriffes bei Ihnen die Kieferhöhle eröffnet wurde, werden Sie gesondert darauf hingewiesen!

In diesem Fall beachten Sie bitte zusätzlich folgende Punkte:

Innerhalb der nächsten 10 - 14 Tage **keinerlei Druck auf die Kieferhöhle aufbauen!**

Das bedeutet für Sie: - nicht Schnäuzen, Niesen nur „laut raus“ nicht verdrücken
- die nächsten 3 Tage 5x tgl. Nasenspray verwenden

Medikation: Falls Medikamente für den Heilungsverlauf wichtig sind und somit verschrieben wurden, halten Sie sich bitte an die Dosierung.

_____ mal täglich _____ Tabletten über _____ Tage/ nach Bedarf

_____ mal täglich _____ Tabletten über _____ Tage/ nach Bedarf

Bitte verständigen Sie bei Komplikationen unsere Praxis oder uns persönlich!

Dres. Süllner

Praxis: 09422/4484
Privat: 09422/4628

Dr. Guido Süllner

0175/8458778