



## ZAHNARZTPRAXIS DR. KRELLER

### **Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,**

bei Ihnen ist ein operativer Eingriff geplant bzw. durchgeführt worden. Bitte beachten Sie folgende Verhaltensregeln:

#### **Vor dem Eingriff:**

- Frühstücken Sie ausreichend.
- Nehmen Sie alle verordneten Medikamente rechtzeitig ein.
- Nehmen Sie sich Zeit für den Termin und halten Sie sich den restlichen Tag, wenn möglich, frei.
- WICHTIG: Falls Sie regelmäßig Medikamente einnehmen, beraten Sie sich bitte **vor** dem Eingriff mit Ihrem behandelnden Arzt über die Dosierung und das weitere Vorgehen.

#### **Nach dem Eingriff:**

##### **Autofahren & Maschinenbedienung:**

- Bitte nehmen Sie nach dem Eingriff nicht aktiv am Straßenverkehr teil, lassen Sie sich abholen - die Betäubung schränkt die Reaktionsfähigkeit ein.

##### **Blutung/ Nachblutung:**

- Spülen Sie den Blutpfropf in der Wunde weder mit Wasser noch mit Mundspüllösung heraus, dieser ist Grundvoraussetzung für eine gute Wundheilung.
- Bitte beißen Sie 30 Minuten lang auf den Tupfer, der auf das Operationsgebiet gelegt wurde. Danach nehmen Sie ihn heraus und entsorgen ihn. Sollte wider Erwarten eine Nachblutung auftreten, nehmen Sie einen frischen, der Ihnen mitgegeben wurde, legen Sie diesen auf die Wunde und beißen Sie 1 Stunde lang fest drauf. Eine Verfärbung der Kompresse ist normal. Sollte danach keine Besserung eingetreten sein, rufen Sie uns bitte an.
- Betreiben Sie in der ersten Woche nach dem Eingriff keine körperlich anstrengende Arbeit oder Sport. Saunagänge oder Sonnenbäder sind ebenfalls nicht empfehlenswert.

##### **Ernährung:**

- Vermeiden Sie in den nächsten Tagen die Einnahme von Milchprodukten.
- Essen und trinken Sie bitte erst wieder nach Abklingen der örtlichen Betäubung.
- Verzichten Sie auf heiße oder sehr kalte, scharfe oder saure Lebensmittel.
- Vermeiden Sie in der ersten Zeit Nahrungsmittel wie Körnerbrot oder Müsli um die Wunde sauber zu halten.

- Bitte halten Sie während der ersten Woche nach Eingriff keine Diäten o. Ä., achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung. Sie sollten weiche Lebensmittel wie z. B. Fisch, Nudelgerichte oder gekochtes Gemüse zu sich nehmen und vornehmlich auf der nicht operierten Seite kauen.
- Bitte trinken Sie die ersten 2 Tage nach Eingriff keine koffein-/ teehaltigen Getränke wie Cola, Energy Drinks, Kaffee oder Tee. Diese sind kreislaufanregend und können zu Nachblutungen führen.
- In den ersten 5 Tagen nach Eingriff besteht Rauch- und Alkoholverbot!

#### **Mundhygiene:**

- Beginnen Sie ca. 24 Std. nach der OP damit, mit einer antibakteriellen Mundspüllösung 1x täglich zu spülen: Wir empfehlen CHX, Chlorhexamed 0,2 %, alkoholfrei, erhältlich in Ihrer Apotheke. - Bitte spülen Sie nicht zu häufig, ansonsten kann es zu gelblichen Verfärbungen der Zähne oder Bildung von Pilzerkrankungen in der Mundhöhle kommen.
- Putzen Sie Ihre Zähne nach jeder Mahlzeit, sparen sie jedoch das Operationsgebiet aus.

#### **Schwellungen:**

- Schwellungen sind nach Operationen normal und erreichen üblicherweise am dritten Tag ihren Höhepunkt und klingen dann langsam wieder ab. Um diese auf ein Minimum zu reduzieren, kühlen Sie bitte während der ersten Tage von außen mit einem feucht-kalten Lappen oder einem Kühlbeutel. 15 min. kühlen - 5 min. Pause - immer im Wechsel.
- Legen Sie sich bitte nicht direkt nach dem Eingriff flach hin um übermäßige Schwellungen zu vermeiden.

#### **Schmerzen:**

- Leichte Wundschmerzen sind ebenfalls normal, bitte nehmen Sie auch ohne Schmerzen in den folgenden 3 Tagen Ibuprofen 600mg ein. Die entzündungshemmende Wirkung kommt der Wundheilung zu Gute.
- Wirkstoffe wie Acetylsalicylsäure ASS (z.B. Aspirin, Dolomo, Thomapyrin) sollten vermieden werden, sie können Nachblutungen begünstigen.
- Sollte die Einnahme eines Antibiotikums erforderlich sein, nehmen Sie es bitte ein bis die Packung vollständig leer ist, auch wenn Sie sich bereits besser fühlen.
- Bei Eingriffen mit Beteiligung der Kieferhöhle ist für 4 Wochen ein Schnäuzverbot einzuhalten. Sollte die Nase laufen, tupfen Sie sie bitten nur mit einem Taschentuch ab. Niesen Sie nur mit offenem Mund, um einen zu hohen Druckaufbau in der Kieferhöhle zu vermeiden. Nasenspray kann in dem Fall (für max. 7 Tage) ebenfalls hilfreich sein.

#### **Nachsorge:**

- Wenn Nähte gelegt wurden, folgt die Nahtentfernung i. d. R. nach 7-10 Tagen.
- Nehmen Sie bitte den Kontroll- bzw. Nahtentfernungstermin wahr, da die Nachsorge sehr wichtig ist.

Wir wünschen Ihnen einen zügigen Heilungsverlauf und gute Besserung!

Ihr Team der Zahnarztpraxis Dr. Norman Kreller