

Nach der Zahntentfernung

Wie verhalte ich mich richtig ?

Jede Zahnextraktion (*Zahntentfernung*) ist ein kleiner operativer Eingriff. Die dabei entstehende Wunde heilt meist schnell und ohne Komplikationen. Dennoch kann man nicht mit Sicherheit ausschließen, dass es nicht hin und wieder zu Beschwerden kommt und dass noch eine Nachbehandlung notwendig wird. Wir haben Ihnen einige Tipps zusammengestellt, damit Sie Beschwerden vermeiden können.



Vermeiden Sie es, ein Kraftfahrzeug zu fahren !

In den ersten Stunden nach der Zahntentfernung kann die Verkehrstüchtigkeit eingeschränkt sein.

Nicht spülen !

Die Wunde wird von einem Blutpfropf verschlossen. Dieser ist sehr wichtig. Er verschließt die Wunde und hat praktisch die gleiche Funktion wie der Schorf auf einer Hautwunde. Spülen Sie nicht, damit der Wundschorf nicht weggespült wird.

Das gilt auf jeden Fall für den Tag der Zahntentfernung. Danach können die Zähne wieder

geputzt werden. Der Wundbereich sollte jedoch noch nicht mit der Zahnbürste in Berührung kommen. Er darf vorerst nur mit lauwarmem Wasser (*eventuell mit einem desinfizierenden Zusatz*) gespült werden - am besten nach den Mahlzeiten.

Nicht berühren !

Die Wunde nicht mit den Fingern berühren und nicht mit der Zunge an der Wunde spielen oder saugen.

Wenn Sie einen Tupfer zum Aufbeißen erhielten, so beißen Sie leicht darauf und zwar so lange wie es Ihnen der Arzt empfohlen hat; in der Regel eine Stunde.

Nicht überanstrengen!

Schwere körperliche Arbeit oder Sport sollten Sie vermeiden, denn dies kann zu Nachblutungen führen.

Keine Wärme!

Übermäßige Wärme (*z.B. durch ein Sonnenbad, die Trockenhaube beim Frisör oder auch warme Umschläge*) kann in den ersten 48 Stunden eine Schwellung und eine Nachblutung fördern.

Vorsicht beim Essen!

Essen Sie erst wieder, wenn die Betäubung im Mund abgeklungen ist. Dann können Sie normale Kost zu sich nehmen - sollten aber die Wunde beim Kauen schonen.

Kein Alkohol, Kaffee, Tee, Nikotin!

Selbst wenn es schwer fällt: 24 Stunden lang nach der Zahntentfernung sollten Sie unbedingt auf diese Genüsse verzichten.

Schmerzen

nach einer Zahnentfernung sind kein Grund zur Beunruhigung - schließlich handelt es sich um eine mehr oder weniger tiefe Knochenwunde. In der Regel können Sie mit einer Schmerztablette gelindert oder auch beseitigt werden. Schmerzen, die erst zwei oder drei Tage nach der Zahnentfernung auftreten, deuten allerdings auf eine Komplikation hin. Suchen Sie dann möglichst bald den Zahnarzt auf.



Blutungen

kommen nach einer Zahnentfernung in geringem Umfang immer wieder vor und sind in der Regel ungefährlich.

Bei anhaltenden Blutungen sollten Sie folgendes tun:

- ① Mund kurz, aber gründlich mit Wasser ausspülen.
- ② Beißen Sie für 30 Minuten auf ein zusammen gefaltetes Leinentaschentuch oder eine Kompresse aus der Hausapotheke. Wiederholen Sie dies nötigenfalls.
- ③ Kopf hoch lagern, nicht flach liegen.
- ④ Hört die Blutung trotz Beachtung dieser Regeln nicht auf, dann suchen Sie unverzüglich die Praxis oder den diensthabenden Not-Zahnarzt auf.

Schwellungen

sind nach einer *schwierigen Zahnextraktion* oder auch nach *operativen Eingriffen* nichts Ungewöhnliches. Es kann auch vorkommen, dass der Mund vorübergehend nicht mehr ganz aufgeht oder dass Schluckbeschwerden auftreten.

Diese Erscheinungen können im allgemeinen verringert werden, wenn man gleich nach dem Eingriff kalte Umschläge macht oder die Wange über der Wunde mit einem Eisbeutel kühlt. Wärme sollten Sie auf jeden Fall vermeiden.

Erhöhte Temperatur

ist ein Zeichen für eine Wundinfektion. Suchen Sie spätestens wenn die Temperatur über 38.5°C steigt die Praxis oder den diensthabenden Not-Zahnarzt auf.