

ZAHNARZTPRAXIS  
ST. ARNOLD

## Richtiges Verhalten bei chirurgischen Eingriffen

### Liebe Patientin, lieber Patient,

vor bzw. nach chirurgischen Eingriffen sollten Sie einige Verhaltensregeln beachten, um den Heilungsverlauf zu unterstützen und eventuelle Komplikationen zu vermeiden. Damit Sie schnell wieder beschwerdefrei sind oder erst gar keine Probleme entstehen, haben wir Ihnen hier einige Tipps zusammengestellt:

#### • Vor dem Eingriff

Nehmen Sie bitte 10 Tage vor dem geplanten Eingriff keine Schmerzmittel ein, die Acetylsalicylsäure (kurz „ASS“) enthalten (wie z. B. Aspirin®, Dolomo® oder Thomapyrin®). Dieser Wirkstoff hemmt die Blutgerinnung und kann zu schwer stillbaren Nachblutungen führen. Sollten Sie blutverdünnende Medikamente einnehmen müssen, setzen Sie diese jedoch auf keinen Fall ohne Rücksprache mit uns oder Ihrem Hausarzt ab.

#### ▪ Fahrtüchtigkeit

Nach einem oralchirurgischen Eingriff sollten Sie nicht aktiv am Straßenverkehr teilnehmen. Ihre Reaktionsfähigkeit kann durch den Eingriff bzw. die verabreichte Lokalanästhesie für mehrere Stunden herabgesetzt sein. Sie sollten sich deshalb nach dem Eingriff von jemandem abholen lassen. Auf Wunsch rufen wir Ihnen auch gerne ein Taxi.

#### ▪ Ernährung

Essen Sie bitte erst, wenn das Taubheitsgefühl im Mund vollständig abgeklungen ist. So verhindern Sie mögliche Bisswunden oder Verbrühungen. Kauen Sie mit der nicht behandelten Seite und vermeiden Sie direkten Kontakt der Speisen mit der Wunde.

Meiden Sie Milchprodukte, da diese zu Wundinfektionen führen. Auch Süßigkeiten, Obst/ Fruchtsäfte oder scharf gewürzte Speisen können die Wundheilung negativ beeinflussen. Empfehlenswert sind weiche abgekochte Speisen, wie Suppen, Gemüse oder Kartoffelbrei bis die Wunde verschlossen ist.

Trinken Sie ausreichend stilles Wasser oder kalten Früchtetee und verzichten Sie am Tag der Operation auf Koffein, schwarzen Tee und alkoholische Getränke.

#### ▪ Mundhygiene/ Spülen

Gerade in der Phase der Wundheilung sollten Sie Ihre Zähne sorgfältig reinigen (das Gleiche gilt für Prothesen oder Verbandplatten). Vom Wundbereich entfernt liegende Zähne können wie gewohnt mit Zahnbürste und Zahnseide gereinigt werden.

Die Wunde selbst dagegen sollte ausgespart werden, um mechanische Irritationen mit der Zahnbürste zu vermeiden.

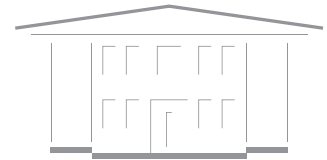
Mundspüllösungen können die Mundhygiene unterstützen und das Risiko einer Wundinfektion reduzieren, andererseits führt ständiges Spülen oder Saugen an der Wundstelle zu Irritationen und verzögerter Wundheilung. Starkes Umspülen und eine Munddusche können eine Nachblutung provozieren und sollten unterbleiben. Spülen Sie deshalb nur vorsichtig und nicht allzu häufig. Zu empfehlen sind Spülungen z. B. Chlorhexamed® FORTE alkoholfrei 0,2 % (max. 4 Tage), Kamillosan®, Kamillen- oder Salbeitee (Einwirkzeit 3x täglich 30 Sekunden).

#### ▪ Verhalten bei Nachblutungen

Leichte Sickerblutungen (d. h., wenn Sie ausspucken, ist der Speichel rosig gefärbt) sind auch mehrere Tage nach einem operativen Eingriffen in der Mundhöhle normal und nicht bedrohlich.

Bitte unterlassen Sie es trotz des unangenehmen Blutgeschmacks an der Wunde zu saugen, ständig auszuspucken oder zu spülen, da Sie auf diese Weise Blutungen provozieren und die Wundheilung stören. Zur Vermeidung einer Nachblutung sollten Sie auch körperliche Anstrengungen bzw. sportliche Aktivitäten vermeiden. Meiden Sie die Sonne bzw. große Hitze, z. B. durch Sauna- oder Solariumbesuche. Auch diese könnten Nachblutungen auslösen.

Sollte es zu einer starken Nachblutung kommen, legen Sie bitte eine sterile Mullbinde (z. B. aus dem Autoverbandskasten) oder ein sauberes Stofftaschentuch auf die Wunde und beißen Sie für 45 - 60 min mit leichtem Druck darauf. Sollte die Blutung danach nicht zum Stillstand gekommen sein, setzen Sie sich mit unserer Praxis oder dem zahnärztlichen Notdienst in Verbindung.



ZAHNARZTPRAXIS  
ST. ARNOLD

## Richtiges Verhalten bei chirurgischen Eingriffen

### ▪ **Schwellung / Wie kühle ich richtig?**

In fast allen Fällen kommt es nach einer OP zu einer (mitunter starken) Schwellung und ggf. auch zu einem Bluterguss. Dies sind normale Reaktionen des Gewebes und kein Anlass zur Besorgnis. Die Schwellung beginnt bereits am OP Tag, nimmt in der ersten Nacht deutlich zu und bleibt ca. 3 Tage.

Da Schwellungen durch Einwirkung von Wärme noch verstärkt werden, sollten Sie die Wangen von außen kühlen. Eine Kühlung wird für vor allem für die ersten 2 Tage nach dem Eingriff empfohlen (jeweils 15 min kühlen und 15 min Pause; immer im Wechsel).

Benutzen Sie dazu feucht-kalte Umschläge oder sog. Coolpacks, eingewickelt in ein feuchtes Tuch. Vermeiden Sie direkten Hautkontakt mit Coolpacks bzw. Eis (Unterkühlungsgefahr)! Es hilft, wenn Sie auf dem Rücken schlafen und Ihren Kopf höher betten.

Bitte informieren Sie uns, sollte es im späteren Wundheilungsverlauf nach anfänglicher Rückbildung zu einer erneuten Schwellungszunahme kommen.

### ▪ **Schmerzen/ Rauchen**

Nach dem Abklingen der örtlichen Betäubung treten Wundschmerzen auf. Schmerzmittel sollten Sie einnehmen, sobald Sie merken, dass sich der Schmerz aufbaut, besonders wenn die Wirkung der örtlichen Betäubung nachlässt. So werden Sie in der Summe weniger einnehmen müssen, als wenn Sie den Schmerz aufkommen lassen.

Verwenden Sie bitte keine „eigenen“ Schmerzmittel! Viele Schmerzmittel (z. B. Aspirin®, Dolomo® oder Thomapyrin®) enthalten Acetylsalicylsäure. Dieser Wirkstoff hemmt die Blutgerinnung und kann schwer stillbare Nachblutungen auslösen bzw. verstärken. Empfehlenswerte Präparate sind Ibuprofen oder Paracetamol.

Rauchen verzögert die Wundheilung und erhöht das Infektionsrisiko um ein Vielfaches, deshalb sollten Sie während der nächsten drei Tage auf Tabakkonsum verzichten.

Bei zunehmenden, pochenden Schmerzen oder üblem Geschmack / Mundgeruch ca. 4 - 5 Tage nach einem Eingriff besteht die Wahrscheinlichkeit einer Wundinfektion, die behandelt werden muss. Suchen Sie in diesem Fall bitte umgehend unsere Praxis oder den zahnärztlichen Notdienst auf.

### ▪ **Kieferhöhle**

Sollte bei Ihnen ein Eingriff an der Kieferhöhle durchgeführt worden sein bzw. diese eröffnet worden sein, besteht Schnäuzverbot für 4 Wochen. Andernfalls würden die Nähte dem Luftdruck nicht standhalten und ausreißen. Dadurch könnten Mundhöhlenkeime in die Kieferhöhle gelangen und eine unangenehme Entzündung (Sinusitis) verursachen. Deshalb lassen Sie beim Niesen bitte den Druck durch den geöffneten Mund entweichen. Sollte die Nase laufen, bitte nur mit einem Taschentuch das Sekret aufnehmen. Auch das Spielen von Blasinstrumenten und das Ausüben des Tauchsports sollte für 7-14 Tage streng gemieden werden.

### ▪ **Nachsorge**

Nachsorgetermine in entsprechenden zeitlichen Abständen sind für eine Wundkontrolle unerlässlich. Dadurch können mögliche entzündliche Prozesse vermieden bzw. frühzeitig erkannt werden. Hierbei entfernen wir gegebenenfalls das Nahtmaterial (i.d.R. nach 7-10 Tagen) bzw. Wundeinlagen oder spülen die Wunde.

Bitte rufen Sie uns an oder kommen Sie in unsere Praxis, falls Probleme auftreten oder Sie etwas verunsichert! In dringenden Fällen außerhalb unserer Sprechzeiten wenden Sie sich bitte an den zahnärztlichen Notdienst.

Wir wünschen Ihnen gute Besserung!

Ihr Praxisteam.