Nach einer Zahnentfernung

Verhaltensregeln nach einem zahnärztlich-chirurgischen Eingriff

Kassenzahnärztliche Vereinigung Hessen

LZK Hessen
Landeszahnärztekammer Hessen

Jede Zahnentfernung, auch eine Milchzahnextraktion, ist ein kleiner operativer Eingriff. Meist heilt die dabei entstandene Wunde schnell und komplikationslos. Die folgenden Verhaltensmaßregeln Ihrerseits unterstützen den Heilungsverlauf.

Hände weg vom Steuer!

Ihre Reaktionsfähigkeit und somit Ihre Verkehrstüchtigkeit ist durch die örtliche Betäubung und auch durch die Belastung des chirurgischen Eingriffs für mehrere Stunden eingeschränkt. Lassen Sie sich daher am besten nach Hause fahren.

Schützen Sie die Wunde.

Beißen Sie mindestens 15 bis 60 Minuten auf den aufgelegten Tupfer. Danach ziehen Sie ihn vorsichtig zur Seite ab. Berühren Sie jedoch nicht die Wunde. Somit ermöglichen Sie eine erste ungestörte Blutgerinnung.

Was tun bei Blutungen?

Bei anhaltenden Blutungen verhalten Sie sich wie folgt:

- Spülen Sie den Mund kurz, aber gründlich mit Wasser aus.
- Beißen Sie 30 Minuten lang fest auf ein zusammengerolltes, sauberes, angefeuchtetes Stofftaschentuch oder ggf. mitgegebene Tupfer. Wiederholen Sie eventuell diese „Kompresse“.
- Bitte lagern Sie Ihren Kopf hoch, wenn Sie das Bedürfnis haben, sich auszuruhen.

Vermindern Sie Schwellungen!

Häufige feucht-kalte Auflagen oder Umschläge bis zur Folgenacht sind sehr hilfreich. Vermeiden Sie jedoch direkten Hautkontakt mit Eispackungen und sogenannten Coolpacks. Tipp: besser in ein Handtuch oder in einen Waschhandschuh einpacken.

Vorsicht beim Essen und Trinken während der Betäubung!

Essen, Kaugummi kauen, trinken sowie heiße Getränke und Speisen abschmecken sollten Sie erst, wenn Ihr Gefühl wieder normal ist. Die Verletzungsgefahr ist ansonsten zu groß. Kinder nicht unbeaufsichtigt lassen! An den Folgetagen sollten Sie keine zu heiße, krümelige oder zu harte Kost zu sich nehmen, sondern sich mit weichen oder flüssigen Nahrungsmitteln versorgen. Schonen Sie die operierte Seite beim Kauen.

Verhalten in den nächsten 24 Stunden nach der Operation

Auch wenn's schwerfällt – verzichten Sie auf:

- Alkohol
- Bohnenkaffee
- Schwarztee
- Vermeiden Sie jegliche Wärmeanwendung (starke Sonneneinstrahlung, Sauna, Rotlicht, Trockenhauben, Fön etc.).
- Rauchen Sie nicht.
- Unterlassen Sie Sport oder schwere körperliche Aktivitäten.
- Spülen Sie den Mund nicht aus. Bei Speiseresten in der Wunde ausnahmsweise einmal kurz mit lauwarmem Wasser ausspülen. Keine Munddusche verwenden. Hierdurch verringern Sie die Gefahr einer Nachblutung und fördern die Wundheilung.

Was tun bei Schmerzen?

Nehmen Sie verordnete Medikamente exakt nach Einnahmevorschrift ein. Achten Sie insbesondere bei Schmerztabletten auf die Höchstdosis. Bitte nehmen Sie keine zusätzlichen Medikamente nach eigenem Ermessen ein.

Mundhygiene

Nach Abklingen der Blutung putzen Sie regelmäßig Ihre Zähne (2 x täglich) und evtl. vorhandene Prothesen, wenn die Betäubung nachgelassen hat. Sie dürfen hierfür auch eine elektrische Zahnbürste verwenden. Sparen Sie dabei den Wundbereich aus und vermeiden Sie heftiges Spülen und die Verwendung einer Munddusche bis zur nächsten Kontrolluntersuchung.

Melden Sie sich in der Praxis bei:

- fortbestehenden Blutungen und/oder Schwellungen
- anhaltender Beeinträchtigung der Mundöffnung (Kieferklemme)
- Taubheitsgefühlen und Geschmacksstörungen nach Abklingen der Betäubung
- länger als 2 Tage andauernden starken Schmerzen
- Unverträglichkeit von Medikamenten (z. B. Übelkeit, Juckreiz)
- unangenehmem Geruch/Geschmack
- störenden Knochenspitzen

Die normale Wundheilung

Ein Blutgerinnsel (Blutpfropf) füllt den Wundbereich aus und schützt ihn. Dies ist Voraussetzung für eine problemlose Heilung und die Bildung von neuem Knochen. Nach 1 bis 2 Wochen ist die Schleimhautwunde geschlossen, bei Wundinfektionen deutlich später. Die Knochenheilung dauert mehrere Wochen bis Monate.

Bei ungestörtem Heilungsverlauf ist der nächste Termin zur Kontrolluntersuchung vorgesehen.

Praxisstempel

Bei Fragen wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an Ihre Hauszahnärztin oder Ihren Hauszahnarzt.

Herausgeber
Landeszahnärztekammer Hessen
Rhonestraße 4
60528 Frankfurt am Main
www.lzkh.de

Kassenzahnärztliche Vereinigung Hessen
Lyoner Straße 21
60528 Frankfurt am Main
www.kzvh.de

Bildnachweis
Abbildungen mit freundlicher Genehmigung von
Adobe Stock/Fotolia.com (ponsulak, Kesu), Intersanté,
Photocase, Pixelquelle, proDente e.V.

Stand
März 2022