

## Tipps nach operativen Eingriffen

Bitte beachten Sie nach operativen Eingriffen folgende Verhaltensregeln:



### 1. **Direkt nach dem Eingriff aufs Autofahren, die Arbeit an Maschinen sowie Essen und Trinken verzichten**

Nach dem Eingriff sollten Sie aufgrund der Betäubung nicht aktiv am Straßenverkehr teilnehmen. Ihre Reaktionsfähigkeit kann noch für einige Zeit eingeschränkt sein. Auch Maschinen sollten Sie am gleichen Tag nicht bedienen. Essen und Trinken Sie erst nach Abklingen der Betäubung, sonst könnten Sie sich beim Kauen versehentlich verletzen.

### 2. **Kein Sport, keine Sauna, kein Sonnenbad**

Bitte betreiben Sie keine körperlichen Anstrengungen oder Sport, nicht bücken, nichts heben, Kopf nicht länger nach unten halten und keiner direkten Sonneneinstrahlung oder Hitze aussetzen. Dies gilt für die erste Woche bis zur Nahtentfernung, dann ist die erste Wundheilungsphase überstanden. Gegen einen Spaziergang ist nichts einzuwenden. Wurde bei Ihnen ein Eingriff an der Kieferhöhle vorgenommen, vermeiden Sie die nächsten 14 Tage schnäuzen und üben Sie keinen Druck auf die Kieferhöhle aus.

### 3. **Empfehlenswerte Ernährung**

Bitte führen Sie während diesem ersten Heilungsverlauf keine Diäten oder sonstiges durch. Ihr Abwehrsystem ist in vollem Gange und benötigt dafür zur Unterstützung eine gesunde Ernährung. Somit können Sie Gemüse, Nudelgerichte, Fisch und andere weiche Lebensmittel zu sich nehmen. Achtung – Fruchtsäuren können die Wunden unangenehm reizen. Reduzieren Sie Koffein (Cola, Kaffee, schwarzen Tee) und Milchprodukte deutlich – sie sind in geringem Maße erlaubt.

### 4. **Tabu: Alkohol, Zigaretten**

Mindestens zwei Wochen (die ersten 2 Wochen nach dem Eingriff) besteht Rauch- und Alkoholverbot. Diese Genussmittel können die Heilung verzögern und eventuell zu Nachblutungen führen. Insbesondere kann das Rauchen zu schweren Wundheilungsstörungen führen. Implantate können dadurch verloren gehen.

### 5. **Wichtig: Mundhygiene**

Spülen Sie im Wundgebiet mindestens eine Woche lang 2 bis 3 Mal täglich nur mit verordneter Chlorhexamedspülung. Zu häufige Spülungen können die Wundheilung negativ beeinflussen. Bitte benutzen Sie im Wundgebiet keine Zahnbürste. Nach der Nahtentfernung werden wir Ihnen weitere Anweisungen für die Mundhygiene geben. Die nicht betroffenen Zähne sollten weiter wie gewohnt gereinigt werden.

6. **Keine Sorge: leichte Schwellungen, Nachbluten und Schmerzen**

Schwellungen im Bereich des Operationsgebietes und der Wange sind normal. Üblicherweise steigert sich die Schwellung die ersten 3 Tage nach der OP und klingt weitere 3- 4 Tage später langsam wieder ab. Sie können die ersten beiden Tage nach der Operation durch Kühlung von außen Einfluss auf die Intensität der Schwellung nehmen, dann können Sie mit dem Kühlen langsam aufhören.

Auch Schmerzen im Wundgebiet sind völlig normal. Die dafür verordneten Medikamente bieten rasche Abhilfe. Schmerztabletten nehmen Sie nach Ihrem persönlichen Bedarf und nach Verordnungshinweisen Ihres Behandlers ein. Die Einnahme von ASPIRIN sollten Sie mit dem Arzt besprechen, da ASPIRIN Nachblutungen fördern kann.

Sollten Nachblutungen auftreten, bleiben Sie ruhig und versuchen Sie erst einmal durch eigenen Druckverband (Mullbinde, Kompresse oder Stofftaschentuch) die Blutung zu stillen, indem Sie mindestens 20 Minuten Druck auf die Wunde ausüben bzw. fest darauf beißen. Sollte die Blutung nach 2 – 3 Stunden nicht zum Stehen gekommen sein, melden Sie sich bitte bei uns.

7. **Das Auftreten von leichtem Fieber ist unbedenklich**

Bei hohem oder länger anhaltendem Fieber rufen Sie uns bitte an.

8. **Starke Schmerzen, Schwellungen, Nachbluten: Kommen Sie bei uns vorbei**

Sollten Sie starke Schmerzen haben, die Schwellung trotz Kühlen nicht zurückgehen bzw. nach einigen Tagen wieder zunehmen oder Nachblutungen nicht aufhören, kommen Sie bitte zu uns. Wir helfen Ihnen weiter. Bei dringenden Fällen außerhalb unserer Sprechstundenzeit wenden Sie sich an den zahnärztlichen Notdienst.

**Das Praxisteam wünscht Ihnen einen guten Heilungsverlauf und gute Besserung.**



Praxis Dr. Jan Loose  
Albert-ten-Brink-Straße 2  
D-78239 Rielasingen  
Tel.: +49 (0)7731 22686  
Fax: +49 (0)7731 919633  
kontakt@dr-loose.de  
www.dr-loose.de