

Рекомендации для пациентов после удаления зуба.

- **Марлевый тампон из полости рта следует удалить через 20 минут.** В отдельных случаях (например, у пациентов с артериальной гипертензией или просто с плохой свертываемостью крови) лучше подержать его подольше минут 30-40. Напоминаем, что назначение марлевого тампона – не впитывание крови, а компрессия – сжатие лунки для остановки капиллярного кровотечения.
- **После удаления 2 часа не принимать пищу и напитки.** Пока в лунке не сформировался плотный сгусток, в нее могут попасть остатки пищи и вызвать осложнения. К тому же горячая пища или напитки могут нарушить сам процесс образования кровяного сгустка.
- **На 3 дня исключить из рациона грубую, горячую, острую пищу и газированные напитки.** Грубая пища, особенно такие продукты как сухари, чипсы, орехи, могут попасть в лунку и вызвать ее воспаление. Горячая или острая пища увеличивает объем кровотока в области операции, что может привести к усилению послеоперационного воспаления и появлению болей, отека и т.д. Оптимальное питание после операции – пища, которая не раздражает и не травмирует слизистую оболочку полости рта. Жевать при этом нужно теми зубами, которые располагаются на максимальном удалении от лунки удаленного зуба.
- **На 3 дня отказаться от бани, горячей ванны, сауны, солярия,** исключить физические нагрузки и любой нагрев организма. От этих процедур может подняться давление, произойти выпадение кровяного сгустка из лунки зуба – появятся боли, отек, начнется кровотечение другие неприятности.
- **Если у вас есть вредные привычки. Крайне не рекомендуется после удаления курить и употреблять алкоголь.** Тем, кто подвержен вредной привычке курения, следовало бы воздержаться от нее хотя бы в течение, двух суток. Это значительно улучшает процесс заживления.

Рекомендации для пациентов после удаления зуба.

- **Марлевый тампон из полости рта следует удалить через 20 минут.** В отдельных случаях (например, у пациентов с артериальной гипертензией или просто с плохой свертываемостью крови) лучше подержать его подольше минут 30-40. Напоминаем, что назначение марлевого тампона – не впитывание крови, а компрессия – сжатие лунки для остановки капиллярного кровотечения.
- **После удаления 2 часа не принимать пищу и напитки.** Пока в лунке не сформировался плотный сгусток, в нее могут попасть остатки пищи и вызвать осложнения. К тому же горячая пища или напитки могут нарушить сам процесс образования кровяного сгустка.
- **На 3 дня исключить из рациона грубую, горячую, острую пищу и газированные напитки.** Грубая пища, особенно такие продукты как сухари, чипсы, орехи, могут попасть в лунку и вызвать ее воспаление. Горячая или острая пища увеличивает объем кровотока в области операции, что может привести к усилению послеоперационного воспаления и появлению болей, отека и т.д. Оптимальное питание после операции – пища, которая не раздражает и не травмирует слизистую оболочку полости рта. Жевать при этом нужно теми зубами, которые располагаются на максимальном удалении от лунки удаленного зуба.
- **На 3 дня отказаться от бани, горячей ванны, сауны, солярия,** исключить физические нагрузки и любой нагрев организма. От этих процедур может подняться давление, произойти выпадение кровяного сгустка из лунки зуба – появятся боли, отек, начнется кровотечение другие неприятности.
- **Если у вас есть вредные привычки. Крайне не рекомендуется после удаления курить и употреблять алкоголь.** Тем, кто подвержен вредной привычке курения, следовало бы воздержаться от нее хотя бы в течение, двух суток. Это значительно улучшает процесс заживления.

- **Не ковыряйтесь в лунке, не пытайтесь ее прочистить или промыть.** Старайтесь не трогать лунку языком. Даже если Вы заметили в лунке удаленного зуба «что-то ненормальное», появился неприятный запах, лучше всего обратиться к врачу. Попытка вычистить ее самостоятельно обычно приводит к нарушению сгустка, инфицированию, воспалению и развитию альвеолита – очень неприятного заболевания, которое потом долго и сложно лечится.
- **Ни в коем случае нельзя греть область операции.** Из-за нагрева усиливается кровоток в области удаленного зуба, а это может привести к серьезным осложнениям. Использование холода, по большей части оправдано. Холодный компресс сужает сосуды и снижает риск развития отека. Но обязательно проконсультируйтесь с врачом, нужен ли он вам, и как правильно его делать – иначе можно застудить челюстной нерв.
- **Тщательная гигиена полости рта.** Зубки чистим регулярно, 2 раза в день в тех местах, которые не прилегают к лунке удаленного зуба. Для чистки используем минимальное количество зубной пасты (первые дни можно вообще не использовать зубную пасту), чтобы было легче ее смывать. Поласкайте рот осторожно, НЕ БУЛЬКАЙТЕ! Набрали воду в рот, подержали, аккуратно сплюнули. После удаления зуба нельзя пользоваться ирригатором.
- **Пациентам, страдающим заболеваниями сердечно - сосудистой системы,** необходимо обязательно следить за артериальным давлением и принимать соответствующие лекарства. В 90% случаев причиной луночковых кровотечений, появления отека или гематомы является повышение артериального давления. Поэтому стабильное АД – необходимое условие комфортного послеоперационного периода.
- **И самое главное правило - никакой самостоятельности и никакого самолечения.**
Обратитесь к врачу, если: боль усиливается и (или) сохраняется более 12 часов;
 кровоточивость усиливается и (или) сохраняется более 12 часов;
 появился гнилостный запах изо рта;
 трудно и (или) больно открывать рот;
 повышение температуры тела более 12 часов;
 стойкое онемение кожи и (или) прилежащих зон более 14 дней;
 припухлость увеличивается и (или) сохраняется более 3 дней;
- **Не ковыряйтесь в лунке, не пытайтесь ее прочистить или промыть.** Старайтесь не трогать лунку языком. Даже если Вы заметили в лунке удаленного зуба «что-то ненормальное», появился неприятный запах, лучше всего обратиться к врачу. Попытка вычистить ее самостоятельно обычно приводит к нарушению сгустка, инфицированию, воспалению и развитию альвеолита – очень неприятного заболевания, которое потом долго и сложно лечится.
- **Ни в коем случае нельзя греть область операции.** Из-за нагрева усиливается кровоток в области удаленного зуба, а это может привести к серьезным осложнениям. Использование холода, по большей части оправдано. Холодный компресс сужает сосуды и снижает риск развития отека. Но обязательно проконсультируйтесь с врачом, нужен ли он вам, и как правильно его делать – иначе можно застудить челюстной нерв.
- **Тщательная гигиена полости рта.** Зубки чистим регулярно, 2 раза в день в тех местах, которые не прилегают к лунке удаленного зуба. Для чистки используем минимальное количество зубной пасты (первые дни можно вообще не использовать зубную пасту), чтобы было легче ее смывать. Поласкайте рот осторожно, НЕ БУЛЬКАЙТЕ! Набрали воду в рот, подержали, аккуратно сплюнули. После удаления зуба нельзя пользоваться ирригатором.
- **Пациентам, страдающим заболеваниями сердечно - сосудистой системы,** необходимо обязательно следить за артериальным давлением и принимать соответствующие лекарства. В 90% случаев причиной луночковых кровотечений, появления отека или гематомы является повышение артериального давления. Поэтому стабильное АД – необходимое условие комфортного послеоперационного периода.
- **И самое главное правило - никакой самостоятельности и никакого самолечения.**
Обратитесь к врачу, если: боль усиливается и (или) сохраняется более 12 часов;
 кровоточивость усиливается и (или) сохраняется более 12 часов;
 появился гнилостный запах изо рта;
 трудно и (или) больно открывать рот;
 повышение температуры тела более 12 часов;
 стойкое онемение кожи и (или) прилежащих зон более 14 дней;
 припухлость увеличивается и (или) сохраняется более 3 дней;