

Jälkihoito-ohjeet potilaalle viisaudenhampaan poiston jälkeen

Poiston jälkivuodon tyrehdytys

Pidä poistokuopan päällä sideharsotaitosta vähintään 30 minuuttia kevyesti suuta kiinni painaen tai hammaslääkärin ohjeen mukaan. Jos alueelta tulee tämän jälkeen edelleen tihkuvuotoa, toista sama uudelleen tunnin ajaksi. Joskus tihkuvuoto voi jatkua pitempäänkin, joten taitosta voi tarvittaessa pitää muutamia tunteja.

Sylki voi toimenpidepäivänä olla punaiseksi värjäätynyttä.

Kylmähauteen pitäminen posken iholla voi auttaa jälkivuodon hillitsemisessä.

Jos vuoto jatkuu useita tunteja poiston jälkeen eikä tyrehdy paikallisesti painamalla, ota yhteys hammaslääkəriin.

Joskus vuoto voi alkaa päivienkin kuluttua toimenpiteestä. Toimi silloin kuten edellä.

Kylmähaude

Pidä kylmähaudetta posken iholla toimenpidepäivänä muutaman tunnin ajan tai hammaslääkärin ohjeiden mukaan tarvittaessa pitempään.

Kylmähaude voi vähentää jälkioireita, kuten kipua, turvotusta ja verenvuotoa. Kylmähauteena voit käyttää esimerkiksi pakastevihannespussia.

Syöminen ja juominen

Toimenpiteen jälkeen on hyvä olla syömättä ja juomatta kolme tuntia tai niin kauan kuin puudutus kestää.

Ruoan tulee olla ensimmäisenä päivänä pehmeää ja viileää. Kuuma voi ärsyttää haava-alueita ja lisätä verenvuotoa alueelta. Jotkin ruoka-aineet kuten happamat hedelmät saattavat kirvellä haava-alueella.

Poistokuopan alue kannattaa kevyesti huuhdella ruokailujen jälkeen vedellä.

Turvotus ja kipu

Normaaliin paranemiseen kuuluu jonkin verran kipua ja posken turvotusta. Näihin voi liittyä suun avaamisen vaikeutta. Posken iholle tai kaulalle saattaa ilmaantua mustelma, joka haalenee yleensä ensimmäisen viikon aikana.

Tavanomaiset kipulääkkeet ovat yleensä riittäviä hampaanpoiston jälkeisen kivun hoitoon. Noudata kipulääkkeissä sinulle vastaanotolla annettuja ohjeita.

Elleivät ohjeistetut kipulääkkeet eivät riitä poiston jälkeisen kivun hoitoon, ota yhteyttä hammaslääkəriin.

Jos turvotus lisääntyy ja sinulla on nielemiskipua, voimakas suunavausrajoitus tai kuumeilua, ota yhteys hammaslääkəriin.

Suun puhdistus ja haavan paikallishoito

Suun huuhtelu klooriheksidiiniä sisältävällä liuksella aloitetaan yleensä toimenpidettä seuraavana päivänä.

Haavaa ei kannata kosketella tai venyttää.

Hampaat harjataan poiston jälkeen normaalisti, mutta poistokuopan viereisten hampaiden puhdistaminen on hyvä tehdä varovasti ja välttää haavaärsytystä ensimmäisen kahden viikon ajan.

Liikunta ja saunominen

Vältä urheilua, raskasta liikuntaa ja saunomista poiston jälkeisen viikon aikana.

Tupakointi

Tupakointia tai nuuskan käyttöä ei suositella haavan paranemisen aikana.

Ompeleet ja jälkitarkastus

Hammaslääkäri arvioi jälkitarkastuksen tarpeen ja ompeleiden poistotarpeen. Ompeleet poistetaan tarvittaessa yleensä 1–2 viikon kuluessa. Käytetty lanka sulaa kuitenkin kudoksen sisällä, joten ompeleita ei aina tarvitse poistaa.

Toimenpideyksikön yhteystiedot (*kirjoita alle*)

Päivystysyksikön yhteystiedot (*kirjoita alle*)