



Χρυσάννα Τουλουπάκη
Χειρουργός Οδοντίατρος
Ρολεν 21β, Ηράκλειο Κρήτης
Τηλ. 28130 19405 — info@touloupaki.gr — <http://www.touloupaki.gr>

Οδηγίες μετά την επέμβαση

Φροντίδα του τραύματος

- Δαγκώστε δυνατά πάνω σε αποστειρωμένη γάζα για περίπου μισή ώρα και στη συνέχεια αφαιρέστε την απαλά. Επαναλάβετε ανά μισή ώρα μέχρι να δείτε ότι η γάζα που βγαίνει στη μισή ώρα έχει αίμα μόνο εκεί που ακουμπάει με το τραύμα. Εάν δείτε περισσότερο αίμα κάποιες ώρες μετά, επαναλάβετε τη ίδια διαδικασία.
- Αποφύγετε το κάπνισμα για 12 ώρες, καθώς επηρεάζει αρνητικά την επούλωση.

Αιμορραγία

- Ελαφρά αιμορραγία και λεκεδάκια αίματος στο μαξιλάρι το πρωί είναι φυσιολογικά.
- Μην φτύνετε και μην ρουφάτε με καλαμάκι — αυτό μπορεί να προκαλέσει αιμορραγία.
- Αν ξαναρχίσει η αιμορραγία, τοποθετήστε αποστειρωμένη γάζα πάνω στο φατνίο και δαγκώστε δυνατά για 30 λεπτά.

Ενόχληση / Πόνος

- Μικρός πόνος μετά την επέμβαση είναι αναμενόμενος. Τα φάρμακα που σας δόθηκαν μειώνουν την ενόχληση αλλά ενδέχεται να μην την εξαφανίζουν πλήρως.
- Πάρτε τα φάρμακα με ένα γεμάτο ποτήρι νερό και, αν ενοχλούν το στομάχι, μαζί με λίγο φαγητό.
- Μην καταναλώνετε αλκοόλ όσο παίρνετε φαρμακευτική αγωγή.

Διατροφή

- Πίνετε άφθονα υγρά — αποφύγετε το ρούφηγμα με καλαμάκι.
- Ακολουθήστε κανονικά γεύματα μόλις αφαιρεθεί η γάζα και νιώσετε άνετα.
- Την πρώτη ημέρα προτιμήστε μαλακές τροφές σε μέτρια θερμοκρασία (όχι πολύ κρύα ή πολύ ζεστά).



Στοματική υγιεινή

- Μην ξεπλένετε το στόμα και μην βουρτσίζετε τα δόντια για τις πρώτες 12 ώρες μετά την επέμβαση.
- Αποφύγετε γαργάρες τις πρώτες ώρες.
- Στη συνέχεια, βουρτσίστε απαλά αποφεύγοντας την περιοχή της επέμβασης.

📌 Οίδημα

- Το οίδημα (πρήξιμο) είναι φυσιολογική αντίδραση· κορυφώνεται περίπου στις 48 ώρες και συνήθως διαρκεί 4–6 ημέρες.
- Εφαρμόστε εξωτερικά ψυχρά επιθέματα στην περιοχή για να μειώσετε το οίδημα και την ενόχληση.



Ανάπαυση

- Αποφύγετε έντονη σωματική κόπωση και άσκηση για 12 ώρες μετά την επέμβαση. Μην σηκώνεται βάρη τη πρώτη μέρα.



Αιμάτωμα

- Μικρό αιμάτωμα στην περιοχή είναι συχνό και υποχωρεί μόνο του σε 7–14 ημέρες.



Τρίσμος / Δυσκαμψία γνάθου

- Μπορεί να νιώσετε δυσκολία στο άνοιγμα του στόματος· συνήθως βελτιώνεται σε 5–10 ημέρες.



Ράμματα

- Αν έχουν τοποθετηθεί ράμματα, απαιτείται επανεξέταση για αφαίρεση σε ~7–8 ημέρες.



Επικοινωνήστε άμεσα εάν:

- Η ενόχληση δεν ελέγχεται με τα παυσίπονα.
- Η αιμορραγία δεν σταματά μετά από 30 λεπτά δαγκώματος γάζας.
- Το οίδημα συνεχίζει να αυξάνεται μετά την 3η ημέρα.
- Έχετε πυρετό ή άλλα ανησυχητικά συμπτώματα.
- Έχετε οποιαδήποτε απορία.

-
- Για οποιαδήποτε ερώτηση ή περαιτέρω οδηγίες, επικοινωνήστε μαζί μας.