



orthoteam

## ZALECENIA PO ZABIEGU IMPLANTOLOGICZNYM

### BEZPOŚREDNIO PO ZABIEGU

Pewna ilość krwawienia, dolegliwości bólowych i obrzęku jest normalnym efektem zabiegu. Należy maksymalnie zredukować swoją aktywność przez kilka godzin, unikać jedzenia, picia i rozmów przez min 2–3 godz. po zabiegu. Te czynności mogą zaburzyć prawidłowe gojenie w pierwszym okresie po zabiegu. Jeżeli lekarz zalecił i zapisał leki trzeba rozpocząć ich stosowanie możliwie najszybciej. Pozwoli to na złagodzenie objawów pozabiegowych po ustąpieniu znieczulenia.

### WAŻNE INFORMACJE

1. Nie dotykaj miejsca zabiegowego palcami czy językiem.
2. Stosuj zimne kompresy w okolicy miejsca zabiegowego (na skórę twarzy) przez pierwsze 12 godzin: stosuj cykl: przyłóż lód na 20 min. następnie 10 min. przerwy. Skórę można chłodzić w różny sposób: za pomocą kostek lodu, zmrożonego groszku lub żeli lodowych, trzeba jednak uważać i pamiętać, by nie doszło do jej odmrożenia. Lodu nie powinno się przykładać bezpośrednio na skórę, miejsce to należy wcześniej owinąć bawełnianą ściereczką. Obrzęk może się utrzymywać przez 7–10 dni. Możliwe jest pojawienie się odwracalnego zasinienia skóry (siniak).
3. Niewielkie dolegliwości bólowe można zwalczyć zażywając Ibuprofen 200 – 400 mg co 4 – 6 godzin.
4. Na większe dolegliwości stosuj lek przepisany przez lekarza, również gdy pojawi się stan podgorączkowy.
5. Zabroniona jest nasilona aktywność fizyczna przez 4–5 dni po zabiegu (treningi, bieganie, noszenie ciężkich przedmiotów itp.). Bezpośrednio po zabiegu zalecany jest odpoczynek w pozycji półleżącej. Pozycja leżąca może nasilać ból i obrzęk poprzez zwiększenie się ciśnienia krwi w okolicy głowy.
6. Do snu ułóż się z głową lekko uniesioną (najlepiej w pozycji półleżącej) i zasypiając połóż się na stronie przeciwnej do miejsca zabiegowego.
7. Spożywaj dużo płynów (nie używaj słomki).
8. Dieta może składać się wyłącznie z miękkich produktów, które łatwo można przeżuć i połknąć. Nie wolno spożywać twardych produktów, które mogą spowodować zerwanie szwów i otwarcie rany tj.: jabłka, surowej marchwi, itp. oraz produktów drobnoziarnistych tj.: nasion, orzeszków, ryżu, popcornu itp.
9. Po zabiegu można spodziewać się niewielkiego krwawienia (czerwone zabarwienie śliny). Krwawienie można opanować delikatnie uciskając miejsce zabiegowe poprzez wilgotną torebkę herbaty przez ok. 90 min. To pomoże w uformowaniu się skrzepu krwi. Kompres usuwaj bardzo delikatnie. W razie konieczności czynność powtórz przez następne 90 min. W przypadku utrzymywania się krwawienia należy skontaktować się z lekarzem.
10. Nie należy palić przynajmniej 5 dni po zabiegu. Nikotyna znacznie utrudnia gojenie.
11. W przypadku sztywności mięśni użycie wilgotnych ciepłych okładów począwszy od drugiego dnia po zabiegu pomoże w ich relaksacji.



orthoteam

## HIGIENA W OKRESIE POZABIEGOWYM

1. Nie wolno szczotkować zębów w okolicy miejsca zabiegowego do czasu usunięcia szwów. Pozostałe zęby i język szczotkuj stosując normalne zasady higieny.
2. Po 12 godzinach po zabiegu delikatnie przepłukuj jamę ustną zaleconym płynem dezynfekującym. Płucz min. 3–4 razy dziennie zatrzymując płyn w jamie ustnej na ok. 1 min. Płucz po każdym posiłku i przekąsce przez min. 7 dni. Płukanie jest bardzo ważne, ponieważ usuwa resztki jedzenia i działa odkażająco i łagodząco. Płyn zawiera 0,10% stężenie dwuglukonianu chlorheksydyny. Chlorheksydyna jako antyseptyk posiada właściwości bakterio-bójcze, grzybobójcze oraz redukujące płytkę nazębną.
3. Po usunięciu szwów zęby w okolicy miejsca zabiegowego szczotkuj delikatnie szczoteczką o miękkim włosiu.

### **Pamiętaj o wizytach kontrolnych:**

Niezbędnie jest stawienie się na zaplanowanych wizytach kontrolnych w celu usunięcia szwów i oceny poprawności gojenia rany.

### **W przypadku problemów:**

W przypadku niepokojących problemów tj.: utrzymujące się krwawienie, nadmierny ból, problemy z otwieraniem ust, itp. zadzwoń po poradę i aby ewentualnie umówić wizytę kontrolną.