

## Beteg tájékoztató

Mi a teendő **szájsebészeti műtét** után? Mire figyeljek?

- ◆ Amíg az érzéstelenítő hatása tart, ne egyen és ne igyon semmit a félrenyelés veszélye miatt!
- ◆ A műtétet követően fontos a **műtéti terület azonnali hűtése**. A hűtés csökkenti a duzzanat kialakulását, a **kellemetlen panaszokat, az esetleges fájdalmat**. Az operált területnek megfelelően az arcra kívülről ráhelyezett jegelő párnával, vékony textilbe csavart jégakkival, esetleg a fagyasztóban lévő pl. fagyasztott zöldborsóval (10 perc hűtés, 20 perc pihenő váltogatva). A fagyás elkerülése érdekében a jégakkut ne tegye közvetlenül a bőrre! **A műtéti beavatkozást követő pár óra a legfontosabb a hűtés szempontjából**, tehát a beavatkozást követően ne induljon el még ezt-azt gyorsan elintézni, hanem menjen haza hűteni és pihenni!
- ◆ Műtét után fellépő fájdalom esetén a szalicilsav származékok (Aszpirin, Kalmopyrin) kivételével bármilyen megszokott **fájdalomcsillapítót** alkalmazhat (Cataflam, Algopyrin stb.).
- ◆ Amennyiben kezelőorvosa **antibiotikumot** is írt fel, annak szedését pontosan be kell tartani.
- ◆ A széles spektrumú antibiotikumok mellé minden esetben javasolt a **bélflóra támogatása probiotikumokkal**. Ezeket patikában recept nélkül beszerezheti.
- ◆ **Fordítson nagy figyelmet a szájhigiénéjére!** Már az első este mosson fogat de a műtét helyét hagyja ki. Fontos a lepedék (a kórokozók) eltávolítása! **A műtéti területet varratszedésig nem szabad fogkefével tisztítani**, mivel ez a seb szétnyílásához vezethet.
- ◆ Minden étkezés után öblítse ki a száját vízzel, majd Clorhexidint tartalmazó szájöblítővel és ahol hozzáfér a fogfelszínhez, ott alaposan mossa meg fogait.
- ◆ **A vizet, a szájöblítőt tilos zubogtatni**, csak óvatosan folyassa át az egyik oldalról a másikra!
- ◆ Műtét után - a fertőzés megelőzése érdekében – **cserélje le fogkeféjét!**
- ◆ A kockázatmentes sebgyógyulás érdekében már a műtét napján **mellőzze a dohányzást és a beavatkozást követő hetekben csökkentse minimálisra a nikotin bevitelét!** A nikotin érszűkítést vált ki, a dohányfüst szénmonoxid tartalma pedig szöveti oxigénhiányt okozva lassítja a sebgyógyulást!
- ◆ A műtétet követően, 3 napig kerülje a tej-és tejtermékek fogyasztását. A fehérje kitűnő táptalaj a baktériumok számára, amelyek elszaporodva a seb gyulladást okozhatják!
- ◆ Forró, fűszeres ételeket, tömény alkoholos italokat néhány napig ne fogyasszon!
- ◆ A seb teljes gyógyulásáig **ne fogyasszon apró magvakat** (pl. mákot, kókuszreszeléket stb.) tartalmazó ételeket, mivel azok a sebbe kerülve gyulladást okozhatnak!
- ◆ Műtét után egy ideig **kerülje a hajolgatást, a nehéz tárgyak emelését, a fizikai megterhelést**, mert ezek a seb szétnyílásához, vérzéshez vezethetnek! Figyeljen magára, lassítsa le a tempót! Adjon magának 1-2 napot, amit pihenéssel tölt.
- ◆ A sebtisztításon, **varratszedésen** való megjelenés rendkívül fontos, csak így tudom ellenőrizni a gyógyulás menetét.