



Рекомендации после удаления зуба

1. Не принимайте пищу пока ощущаете эффект анестезии, потом можно принимать пищу на противоположной стороне от хирургического вмешательства. Ограничений по приему пищи нет, кроме исключения острой и очень горячей пищи.
2. Не сплевывайте слюну и кровь (аккуратно промакивайте снаружи салфеткой), потому что это может помешать формированию сгустка в лунке и нормальному течению заживления раны.
3. Ни в коем случае, если вам не назначено, не полощите рот после вмешательства, в течение первых суток. Можно делать ванночки (без полоскания, просто подержать в зоне вмешательства) с антисептиком по 60 секунд после еды (в течение 7 дней), но не булькать.
4. **Ни в коем случае не грейте область вмешательства !**
5. Не выполняйте тяжелой работы, связанной с наклонами и физическими усилиями, в первые 3 дня. После 3 дня разрешена легкая физическая нагрузка, примерно в 50-70% от привычной нагрузки. Это может спровоцировать болевой синдром в области раны. Это нормально, можно купировать приемом обезболивающего.
6. Не принимайте алкоголь, горячую пищу, горячую ванну, сауну, баню в первые 4 дня.
7. **Постарайтесь минимизировать курение первые 7 дней**, потому что оно тормозит заживление раны.
8. Небольшая боль в области удаленного зуба или места проведения хирургического вмешательства может быть в норме в течение первых двух суток, в этом случае Вам можно принять обезболивающее средство, рекомендованное вашим доктором.
9. При сложных удалениях на следующее утро можете отметить отек со стороны хирургического вмешательства, который будет уменьшаться к середине дня. Отек может сохраняться до 3-4 дней и потом начать снижаться. Это нормально.
10. Не предпринимайте попыток исследования лунки удаленного зуба или места проведенного вмешательства различными предметами.



11. Зубы можно чистить и в день вмешательства (хорошая гигиена - это ключ к успеху), только аккуратно, не трогая зону хирургии и также не сильно прополаскивая рот после, для этого надо уменьшить объем пасты.
12. **ТОЛЬКО ЕСЛИ У ВАС БЫЛО СЛОЖНОЕ УДАЛЕНИЕ РЕТИНИРОВАННОГО ЗУБА.** Первые 3-4 часа после вмешательства необходимо прикладывать холод (лед, замороженные продукты, завернутые в чистую ткань) к лицевой области в проекции проведенных хирургических манипуляций на 10-15 минут с интервалом в 1 час. В остальных случаях лед можно не держать.
13. Если вам доктор оставил в лунке зуба дренаж (резиночка), то на 3 день ее нужно самостоятельно удалить, просто потянув ее из лунки. Это не больно и не страшно.
14. При появлении каких-либо новых болезненных или не понятных ощущений в полости рта, не предпринимайте никаких попыток самолечения, а обратитесь к вашему доктору.
15. Приходите на осмотр, назначенный доктором или сообщите о своем самочувствии по телефону.
16. Неукоснительно выполняйте все медикаментозные назначения врача:
Антисептик: Хлоргексидин 0.2% (самые популярные Curaprox, President, Parodontax, Rapid 15).
Эффективность хлоргексидина 0.05% или мирамистина (ни в коем случае не спрей) ниже, но это лучше, чем ничего.
Обезболивание: Ибупрофен 400мг, Найз, Нимесил и любые другие НПВП.
Антигистаминное (снижение отека, только если сложное удаление): Супрастин Некст, Зиртек, Эриус, Тавегил.

Пентелюк Иван Валерьевич