

## Was Sie nach einer Zahnentfernung beachten sollten:

1. Essen und trinken Sie nicht, bevor die örtliche Betäubung abgeklungen ist. Sie könnten sich sonst unbemerkt in die Wange beißen.
2. Da ihre Reaktionsfähigkeit vor und nach dem Eingriff herabgesetzt ist, sollten Sie kein Fahrzeug führen.
3. Vermeiden Sie Kaffee, Tee (Schwarztee), Alkohol, Hitze (Sauna, Sonnenbad) und größere körperliche Anstrengungen während der nächsten 1-2 Tage.
4. Essen Sie möglichst keine Frischmilchprodukte mit Bakterienkulturen (z.B. Joghurt). Die darin enthaltenen Milchsäurebakterien können zu Wundheilungsstörungen führen.
5. Rauchen Sie nicht, Nikotin verzögert die Wundheilung.
6. Eine geringe Nachblutung aus der Wunde ist normal. 1 Tropfen Blut mit Speichel vermischt erscheint wie ein Mund voll Blut. Kleinere Nachblutungen können Sie selbst stillen, indem sie auf einen Knoten in einem sauberen Baumwolltuch (Taschentuch) beißen.  
Größere Blutungen sind eher selten. Sollte das der Fall sein, suchen Sie die Praxis auf oder wenden Sie sich an den zahnärztlichen Notdienst.
7. Kühlen Sie nur die ersten Stunden nach dem Eingriff. Den Kühlbeutel nicht länger als eine 1/2 Minute auf einer Stelle belassen, damit keine Unterkühlung entsteht. Am Besten öfters kurz kühlen.
8. Wie gewohnt Zähneputzen, aber die Wunde dabei in Ruhe lassen.  
Drücken Sie nicht mit den Fingern auf der Wunde herum. Fremdkörper in einer frischen Wunde können ungewünschte Folgen haben.
9. Nicht an der Wunde saugen. In der nächsten Zeit bildet sich ein Blutpfropf (Blutkoagel), der zur Wundheilung beiträgt. Auch der graue Belag, der in den nächsten Tagen entsteht, gehört zum körpereigenen Heilungsprozess. Nicht entfernen!
10. Bei Schmerzen können Sie schmerzstillende Mittel einnehmen. Beachten Sie allerdings die Packungsbeilage aufgrund der Anwendung und Verträglichkeit. Nehmen Sie jedoch kein ASS (Aspirin) ein - es kann erneut zu Blutungen führen.

Bei anhaltenden Schmerzen können Sie natürlich jederzeit noch vor dem vereinbarten Termin die Praxis aufsuchen.

**Unser Praxisteam wünscht Ihnen gute Genesung!**