

Составители: Туули Аланд  
Тиина Кеддер  
Кадри Саарма  
Перевод: Галина Треймут

## Уход после удаления зуба

Tartu Ülikooli Kliinikum  
Registatuur 731 9100  
Üldinfo 731 8111  
[www.kliinikum.ee](http://www.kliinikum.ee)  
[kliinikum@kliinikum.ee](mailto:kliinikum@kliinikum.ee)



**Patsiendiinfo**

- После удаления зуба на рану кладут стерильный марлевый тампон. Держите его, по крайней мере 15 - 20 минут во рту, потому что давление от марлевого тампона способствует свертыванию крови. Удалив тампон раньше, вы можете спровоцировать новое кровотечение.
- После процедуры из области раны может сочиться кровь. В этом случае, чистыми руками сверните из стерильного марлевого тампона (не ваты) шарик, положите его на рану и сожмите челюсти вместе. Держите тампон во рту 20-30 минут.
- Не беспокойте рану. Избегайте прикасаться к ране пальцем или языком, так как это может привести к раздражению, воспалению или кровотечению из раны.
- Для уменьшения отека держите лед в области щеки в течение 20 минут, с интервалом в 20-60 минут (оберните мешок со льдом в полотенце). Холодный компресс замедлит циркуляцию крови и сузит кровеносные сосуды, что в свою очередь уменьшит кровотечение. Холод помогает уменьшить отек, но полностью может его не убрать.
- Используйте в первые два дня после процедуры рекомендованные врачом болеутоляющие.

- Используйте для смягчения потрескавшихся уголков рта вазелиновую мазь.
- Не используйте воду для полоскания рта в первые 24 часа после удаления зуба. Рот полощите осторожно, интенсивное полоскание может привести к кровотечению.

Для ополаскивания рта подходит :

- в аптеке продаются содержащие хлоргексидин растворы для полоскания рта
- слабый рассол (полстакана воды, соль на кончике ножа)
- слабый раствор перманганата калия (марганцовки)
- ромашковый чай

**Раствор для полоскания должен быть комнатной температуры.**

- Не пользуйтесь зубной щеткой в течение 8 часов после удаления зуба. В будущем следует чистить зубы осторожно, избегая касания раны. Используйте мягкую щетку и другие инструменты (зубная нить или щеточки для чистки между зубами).
- Избегайте сплевывания после первого оперативного дня.
- Есть и пить не рекомендуется в течение 2 часов после удаления зуба. Употребляйте в первый день энергетически богатые продукты. Избегайте горячих напитков и алкоголя. Соломинкой пользоваться не рекомендуется, потому что сосание препятствует свертываемости крови и

создается отрицательное давление в полости рта. Еда должна быть теплой или прохладной и мягкой. Избегайте твердой, вязкой и острой пищи.

- Если вы курите, то прекратите курение по крайней мере на 12 часов после удаления зуба. Курение препятствует свертываемости крови и замедляет заживление.
- Избегайте горячих ванн и саун в течение первых двух дней после процедуры, потому что горячая ванна и сауна способствуют расширению кровеносных сосудов, которые могут вызвать кровотечение из раны.
- Избегайте в день процедуры физических перегрузок, так как это повышает кровяное давление и может вызвать кровотечение.

**Не используйте после процедуры горячих компрессов!**

**Если у вас обильное кровотечение, сильная боль, постоянная температура (более 38 °), покраснение или другие симптомы, которые вас беспокоят обратитесь к вашему стоматологу.**