

PÄRAST HAMBA EEMALDAMIST VÕI SUUPERATSIOONI

ÜLDISED JUHISED

Esimesed tunnid pärast kirurgilist protseduuri võite kogeda kerget nõrkustunnet. Vältige füüsilist koormust ja saunas käimist vähemalt paaril protseduuri järgsel päeval, et vältida verejooksu tekkimist. Ärge katsuge haava sõrme, keele või mingi muu esemega, ärge imege seda. Samuti ei või haavale asetada pulbreid, tilku, tablette jms., sest see võib tekitada põletikku.

SUU LOPUTAMINE JA HAMMASTE HARJAMINE

Suu loputamine hamba eemaldamise või lõikuse järgselt ei ole vajalik, sest ka suud loputades võite haavast vere hüübe välja loputada. Suud võib loputada kloorheksidiinilahusega ainult sel juhul, kui arst seda soovib. Järgmisel päeval peale kirurgilist protseduuri puhastage hambaid harjaga 2 korda päevas, hiljem kasutage ka hambapastat, seejuures haava mitte vigastades. Elektrilise hambaharja kasutamine pole sel ajal soovitatav. **Hea suuhügieen hoiab ära põletiku.** Ärge suitsetage ega tarvitage alkoholi lõikuspäeval. Suitsetamine takistab vere hüübimist ja pärsib haava paranemist, kuivatab haava.

TOITUMINE

Lõikuse järgse 2-3 tunni jooksul ei või süüa ega juua. Hoiduge kuumadest jookidest (kohv, tee), need võivad suurendada veritsust. Esimestel protseduurijärgsetel päevadel tuleks süüa pehmet toitu nagu kartulipüree, pasta, supp, jogurt, jäätis jne. Vältida karboniseeritud jooke vähemalt 2-3 päeva ja mitte süüa kõva toitu nagu popcorn, krõpsud, pähklid jne vähemalt 2 nädala jooksul. Kõrrega jookide imemine tekitab suus vaakumi, mis samuti võib haava paranemist segada.

VALU

Kui tuimestus möödub, võib esineda haava valulikkust ja ebamugavustunnet. Selline valulikkus võib püsida mitmeid päevi pärast lõikust või hamba eemaldamist. Valu leevendamiseks kasutage apteegi käsimüügis väljastatavaid valuvaigisteid: paratsetamool/ibuprofeen vms, mitmekomponendilised valuvaigistid või arsti poolt määratud valuvaigistid. Järgige arsti ettekirjutusi ning tarvitage skeemikohaselt ravi toetavaid medikamente.

TURSE

Kirurgilised operatsioonid põhjustavad tavaliselt turset lõikuse piirkonnas. Paistetust on suurim 2 järgneva ööpäeva jooksul ja väheneb 4...7 päeva pärast. Turse vähendamiseks võib asetada nahale külma kompressi (jääkott) 30 minutiks. Seda võib korrata tunni aja pärast, kuid ainult lõikuspäeval. Tursega kaasneb sageli ka suuavamistakistus, kuid see möödub turse alanedes. Süstekoha peale võib tekkida väike sinikas ja süstekoht võib olla valus paar päeva.

Hamba eemaldamise ja lõikuse järgselt või hambavalu korral EI TOHI põsele teha niiskeid/sooje kompresses (kummeli-, viinakompress jne!), sest need kutsuvad esile pehmete kudede turse. Põskkoopapõhja tõstmisel ära nuuska, aevasta ega kõhi **kinnise suuga**, ära joo kõrrest. Võimalusel ära planeeri lennukiga reisimist paranemise perioodi. Väike veritsemine ninast operatsiooni piirkonnas esimestel päevadel on normaalne.

ÕMBLUS

Suuremad hamba eemaldamise ja operatsioonihaavad õmmeldakse. Õmblused eemaldatakse tavaliselt ühe nädala pärast, vajadusel hiljem. Vajadusel kutsutakse Teid korduvalt haava ja õmbluste kontrolliks.

VERITSUS /VEREJOOKS

Lõikuspäeval võib haav veritseda, see võib süljega segunedes tunduda tugevana. Sellest ei maksa teha probleemi. Kui haavast tilgub/voolab verd, teatage sellest viivitamatult arstile. Püüdke verejooksu peatada järgmiselt:

- Keerake puhas marlitampoon pöidlaotsasuuruseks tupsuks ja asetage see haavale. Enne eemaldage puhta tampooniga veri ettevaatlikult suust ja haavalt.

- Hammustage kokku ja vajutage tups veritsevale pinnale. Ärge suruge tupsu haava sisse.

- Hoidke marlitampooni 30 minutit.

- Eemaldage tups ettevaatlikult. Kui verejooks pole lõppenud, proovige seda uuesti peatada, asetage uus tups haavale.

- Tähtis on jääda rahulikuks. Soovitatav on poolistuv asend ja külm kompress haava kohal näol

NB! Atsetüültsüülhapet sisaldavad valuvaigistid (aspiriin) võivad suurendada verejooksu.

VEREVALUMID

Operatsiooni või hamba eemaldamise järgselt võivad tekkida nahaalused verevalumid, mis võivad olla ulatuslikud ja levida ka kaelale. Verevalumid kaovad jälgi jätmata umbes 1 nädala jooksul.

PALAVIK

Hoolimata ravimite kasutamisest võib kehatemperatuur lõikusjärgsel päeval tõusta.

JÄTKUVA VEREJOOKSU, KÕRGE PALAVIKU VÕI TUGEVA VALU PUHUL PÕÖRDUGE ARSTI POOLE!