

SA Dental Service

Školska zubarska služba

Uputstva o period neposredno nakon vađenja zuba

Isti dan

- Držite čvrst zagriz na jastučiću od gaze pola sata
- Manje krvarenje je uobičajeno prvih 12 do 24 sata.
- Zamijenite jastučić ako je neophodno– čistim rukama. Umotajte korištene jastučiće u papirnu maramicu prije nego ih bacite u smeće.
- **Ne ispirajte usta 24 sata nakon vađenja zuba.**
- Odmorite se i izbjegavajte aktivnosti poput trčanja, plivanja i drugih sportova do kraja dana
- Možete jesti i piti jedan sat nakon vađenja zuba s tim da izbjegavate mjesto odakle je zub izvađen.
- Ne pušite i ne pijte alkohol 24 sata.
- **Pazite da se ne ugrizete za usnu dok je utrnuta.**

Idući dan

- Rastvorite pola kašičice obične soli u pola šolje mlake vode.
- Polahko isperite rastvorom zubnu šupljinu jedan minut i onda ispljunite.
- Nastavite ispirati polahko slanom vodom 3 do 5 dana nakon obroka i pred spavanje.
- Nastavite dnevno prati zube četkicom i koristite konac za čišćenje zuba.

Umirenje bolova

- Uzmite Panadol, Panadeine ili nešto slično ukoliko je potrebno. Slijedite uputstva na kutijici.
- **NE UZIMAJTE Aspirin ili Ibuprofen (npr. Nurofen) jer oni izazivaju dalje krvarenje.**

Krvarenje

- Ukoliko bude manjeg krvarenja
 - Nježno isperite usta hladnom vodom
 - Stavite čist komadić presavijene gaze ili pamučne tkanine preko zubne šupljine i čvrsto zagrizite oko pola sata. Ovo uradite čistim rukama.
 - Ne liježite ravno, držite glavu malo uzdignutu.
- Ukoliko krvarenje i bol potraju
 - Stupite u kontakt sa svojim zubarom u toku radnog vremena.
 - Ako se ovo dešava poslije radnog vremena nazovite School Dental Service After Hours Emergency Advice Service (Školsku zubarsku službu za hitne slučajeve van radnog vremena) na 8232 2651.

Briga o osmjehu Vašeg djeteta

- Koristite malu i mehku četkicu za zube pri pranju zuba i desni Vašeg djeteta. Manjoj djeci će biti potrebna Vaša pomoć.
- Perite četkicom zube svako jutro i naveče pred spavanje.
- Djeca starosti od 0 do 17 mjeseci neka ne uzimaju zubnu pastu.
- Djeca starosti od 18 mjeseci do 5 godina neka koriste pastu za djecu i to koliko veličine zrna graška, koja nema mnogo fluorida u sebi
- Djeca starosti 6 godina i više neka koriste zubnu pastu za odrasle sa fluoridom, koliko veličine zrna graška
- Nakon pranja četkicom, ispljunite zubnu pastu a ne ispirajte je.
- Neka Vam djeca imaju zdrave obroke. Izbjegavajte česte obroke, gazirane i druge sokove.
- Voda sa česme je najbolje piće za Vaše dijete.
- Ako je moguće, izaberite lijekove koji ne sadrže šećer.
- Telefonski brojevi školskih zubarskih ordinacija (School Dental Clinic) su u White Pages pod ulazom "Dental".