

SA Dental Service

School Dental Service Školska zubna klinika

Upute nakon vađenja zuba

Danas

- Držati gazni smotuljak čvrsto stisnut u ustima pola sata
- Slabo krvarenje je uobičajeno u prvih 12-24 sata
- Ako je potrebno stavite novi smotuljak gaze – ruke moraju biti čiste. Zamotajte upotrebljeni smotuljak u papirnatu maramicu i bacite u smeće
- **Ne ispirati usta 24 sata nakon vađenja**
- Odmarati se i ostatak dana, izbjegavati aktivnosti kao što su trčanje, plivanje i druge vrste fizičkih i sportskih aktivnosti
- Možete jesti i piti sat vremena nakon vađenja, ali izbjegavati dodir sa ranom
- Nemojte pušiti ili piti alkohol 24 sata
- **Vodite računa da ne grizete usnu dok je još utrnut**

Sutra

- Rastopiti pola čajne žličice soli u čaši mlake vode
- Lagano isprati otopinom u predjelu rane jednu minutu i onda ispljunuti
- Nastaviti lagano ispiranje slanom vodom 3-5 dana poslije svakog obroka i prije spavanja
- Nastaviti sa svakodnevnim pranjem zuba i čišćenjem koncem

Smirivanje bolova

- Ako je potrebno uzmite Panadol, Panadeine ili sličan lijek protiv bolova. Slijedite upute na pakovanju
- **NEMOJTE uzimati Aspirin ili Ibuprofen (npr. Nurofen)** jer to može dovesti do pojačanog krvarenja

Krvarenje

- Ako dođe do neznatnog krvarenja
 - Isperite lagano usta hladnom vodom
 - Stavite čisti smotuljak od gaze ili pamuka na ranu, čvrsto zagrizite i tako držite pola sata. Ruke Vam moraju biti čiste
 - Nemojte ležati na niskom, glava Vam mora biti uzdignuta
- Ako dođe do dugotrajnog krvarenja ili bolova
 - Tijekom radnog vremena nazovite Vašu lokalnu zubnu kliniku
 - Poslije radnog vremena kontaktirajte Školsku zubnu kliniku, telefonska linija za savjete u hitnim slučajevima nakon radnog vremena, na broj 8232 2651.

Staranje o smiješku Vašeg djeteta

- Upotrebljavajte malu mekanu četkicu za pranje zuba i desni Vašeg djeteta. Mlađoj djeci treba i Vaša pomoć
- Zube prati svakoga jutra i navečer prije spavanja
- Djeca od 0-17 mjeseci ne upotrebljavaju zubnu pastu
- Djeca od 18 mjeseci do 5 godina koriste dječiju zubnu pastu sa malom koncentracijom fluorida i količina koja se upotrebljava je veličine zrna graška. Savjetujte dijete da ispljune zubnu pastu, a ne da je proguta
- Od 6 godina naviše upotrebljavajte fluoridnu zubnu pastu za odrasle o to u količini zrna graška
- Nakon pranja ispljunuti pastu i ne ispirati usta
- Za svoje dijete izaberite zdravu hranu za između obroka. Nastojte da ne jede prečesto između obroka i što manje gaziranih i prirodno iscjeđenih sokova
- Najbolje piće za Vaše dijete je voda iz slavine
- Gdje je to moguće koristite lijekove koji u sebi nemaju šećera
- Telefonski broj Školske zubne klinike je u telefonskom imeniku pod Dental