

SA Dental Service

خدمات دندانپزشکی مکتب دستورالعمل ها پس از کشیدن دندان

امروز

- ◀ برای مدت نیم ساعت دندان های خود را روی پارچه مخصوص زخم بندی gauze pack فشار دهید.
- ◀ در 12 تا 24 ساعت اول بیرون زدن مقدار کمی خون از زخم عادی است.
- ◀ اگر لازم بود یک پارچه زخم بندی نو در دهان قرار دهید – توجه داشته باشید دستان شما تمیز باشند. پیش از اینکه پارچه استفاده شده را در درون سطل زباله اندازید آن را درون لفافی از یک دستمال کاغذی قرار دهید.
- ◀ پس از کشیدن دندان تا 24 ساعت دندان خود را آب نکشید.
- ◀ استراحت کنید و از فعالیت های شدید از قبیل دویدن، آب بازی، و سایر حرکات ورزشی برای بقی مانده از این روز پرهیز نمایید.
- ◀ شما می توانید یکساعت پس از کشیدن دندان نوشیدنی و خوراک میل کنید ولی از استفاده از محل کشیدن دندان پرهیز کنید.
- ◀ برای مدت 24 ساعت از کشیدن سیگرت یا نوشیدن الکل پرهیز نمایید.
- ◀ مواظب باشید وقتی که هنوز دهان شما بی حس است لب خود را با دندان گاز نگیرید.

فردا

- ◀ نیم قاشق چایخوری نمک را در یک گلیاس آب نیمگرم حل کنید.
- ◀ برای یک دقیقه از این آب نمک روی محل کشیدگی دندان حفظ کنید و بعد آب نمک را تُف کنید.
- ◀ برای 3 تا 5 روز این آب کشیدن ملایم را پس از خوردن نان و پیش از رفتن به تختخواب تکرار کنید.
- ◀ مسواک زدن روزانه و استفاده از نخ برای پاک کردن دندان ها را همچنان انجام دهید.

تسکین درد

- ◀ در صورت لزوم از پنادول Panadol و پنادین Panadeine برای تسکین درد استفاده کنید. از دستور روی بسته دوا پیروی کنید.
- ◀ از آسپیرین و آیبوپروفن (مانند نوروفن) پرهیز کنید چون ممکن است باعث خونریزی بیشتر شود.

خونریزی

◀ اگر کمی خونریزی داشتید:

- دهان خود را با آب سرد آب بکشید.
- یک پارچه مخصوص زخم بندی folded gauze یا قدری پنبه cotton cloth را روی محل زخم قرار داده و برای مدت نیم ساعت دندان های خود را محکم روی هم فشار دهید. از دستان پاک استفاده کنید.

○ سر را تخت روی زمین قرار ندهید، آن را قدری بلند تر نگهدارید.

◀ اگر خونریزی یا درد دوامدار بود:

- در ساعات معمول اداری با کلینیک دندان مکتب ها به تماس شوید
- در غیر ساعات اداری با خدمات راهنمایی عاجل کلینیک دندان مکتب ها School Dental Service After Hours Emergency Advice Service شماره 8232 2651 به تماس شوید.

مواظبت از تبسم فرزندان

- ◀ از مسواک نرم soft toothbrush برای تمیز کردن دندان و بیرۀ فرزند خود استفاده کنید. اطفال خرد سال به کمک شما نیاز دارند.
- ◀ هر روز صبح و هر شب پیش از رفتن به تختخواب مسواک بزنید.
- ◀ برای اطفال نوزاد تا 17 ماهگی از خمیر دندان استفاده نکنید.
- ◀ از 18 ماهگی تا 5 سالگی، به اندازه یک دانۀ نخود از خمیر دندان فلوئوراید مخصوص اطفال استفاده کنید. طفل خود را تشویق کنید که خمیر دندان را تف کند و فرو ندهد (نبلعد).
- ◀ از 6 سال به بالا به اندازه یک نخود خمیر دندان کلانسالان استفاده شود.
- ◀ بعد از مسواک زدن خمیر دندان را تُف کنید ولی دهان را آب نکشید.
- ◀ از تغذیه و خوراکی های سالم برای فرزند خود استفاده کنید. از نوشابه های گاز دار و آب میوه و تنقلات کمتر مصرف کنید.
- ◀ بهترین آب برای طفل آب نل (آب شهری) است.
- ◀ هر وقت میسر باشد از دوائی استفاده کنید که عاری از شکر (بوره) باشد.
- ◀ تلفون کلینیک های دندانپزشکی برای مکاتب School Dental Clinic را می توانید در دفتر سفید راهنمای تلفون زیر عنوان Dental پیدا کنید.