

SA Dental Service

خدمات دندان پزشکی مدارس

دستورالعملهای لازم بعد از کشیدن دندان

امروز

- ◀ دندان خود را محکم روی باند گازی به مدت نیم ساعت نگه دارید.
- ◀ در 12 تا 24 ساعات اول، تراوش کم خون طبیعی است.
- ◀ در صورت نیاز، با دستان تمیز، باند جدید روی آن بگذارید. قبل از آنکه گاز داخل دهانتان را در سطل زباله بیاندازید آن را داخل دستمال کاغذی بیچید.
- ◀ دهان خود را به مدت 24 ساعت بعد از کشیدن دندان نشوید.
- ◀ استراحت نموده و از فعالیتهایی از قبیل دویدن، شنا و دیگر ورزشهای بدنی برای باقی روز امتناع نمایید.
- ◀ می‌توانید یک ساعت بعد از کشیدن دندان بنوشید و غذا بخورید ولی از سمتی که دندان کشیده شده است استفاده نکنید.
- ◀ به مدت 24 ساعت سیگار نکشید و مشروبات الکلی ننوشید.
- ◀ مراقب باشید تا لب خود را زمانیکه بی حس می‌باشد گاز نگیرید.

فردا

- ◀ مقدار نصف قاشق چایخوری نمک را در یک لیوان آب گرم حل نمایید.
- ◀ محلول را به مدت یک دقیقه در دهان اطراف محل خالی دندان بشوید و تف نمایید.
- ◀ حد اقل بعد از خوردن غذا و قبل از خواب، شستشوی دهان را برای 3 تا 5 روز انجام دهید.
- ◀ به مسواک زدن و نخ دندان روزانه خود ادامه دهید.

تسکین درد

- ◀ در صورت نیاز، قرص مسکن پانادین، پانادل یا قرصهای مشابه دیگر مصرف نمایید. طبق دستورالعمل نوشته شده روی پاکت عمل نمایید.
- ◀ قرص آسپرین یا ایبوپروفن (نرفن) مصرف ننمایید چراکه ممکن است منجر به خونریزی بیشتر گردد.

خونریزی

در صورتیکه خونریزی خفیف داشتید:

- دهاتان را با آب سرد بشوید.
- با دستهای تمیز و شسته، روی محل خونریزی باند پارچه ای تمیز گذاشته و آن را به مدت نیم ساعت گاز بگیرید.
- طاقباز نخواهید و سر خود را بالا نگه دارید.

در صورتیکه خونریزی یا درد همچنان ادامه داشت

- با کلینیک دندان پزشکی خود در طول ساعات کاری تماس نمایید
- بعد از ساعات کاری با خدمات دندان پزشکی مدارس قسمت خدمات توصیه های اضطراری بعد از ساعات کار با شماره تلفن 8232 2651 تماس حاصل نمایید.

اهمیت برای لبخند فرزندان

از مسواک نرم کوچک برای تمیز نمودن دندانها و لثه های فرزندان استفاده نمایید. کودکان خردسال برای مسواک زدن به کمک شما نیاز دارند.

هر روز صبح و پیش از خواب مسواک بزنید.

برای کودکان زیر یک ماه تا 17 ماهگی خمیر دندان استفاده ننمایید.

برای سنین 18 ماه تا 5 سال به اندازه نخود از خمیر دندانی که برای کودکان بوده و فلوراید کمی دارند استفاده نمایید. فرزندان را تشویق نمایید تا خمیر دندان را بجای قورت دادن، به بیرون تف نمایند.

کودکان بزرگتر از 6 سال می توانند از خمیر دندان با فلوراید مخصوص بزرگسالان به اندازه نخود استفاده نمایند.

بعد از مسواک زدن، خمیر دندان را تف نمایید ولی دهاتان را نشوید.

تقلات سالم برای فرزندان انتخاب نمایید. از تقلات زیاد، نوشیدنیهای غیر الکلی و آب میوه امتناع نمایید.

آب از تمامی نوشیدنیها برای فرزند شما بهتر می باشد.

در صورت امکان داروهای را انتخاب نمایید که شکر ندارند.

شماره تلفنهای کلینیک دندان پزشکی مدارس در وایت پیجز (White Pages) زیر عنوان دندانی (dental) نوشته شده است.

