



# 拔牙後應注意事項

## 今天

- > 你的口腔內已放置紗布止血。你需要牢固地咬緊紗布至少半個小時。
- > 由於漱口可能會影響血塊凝結，所以在拔牙後的24小時內不要漱口。
- > 拔牙後24小時內不要吸煙或飲酒。
- > 拔完牙一小時後你可以用口腔的另一邊進食，但要避免太熱或太冷的食物。
- > 不要將食物或飲料在口中晃動，這可能會影響血塊凝結。
- > 在麻醉藥未退前小心不要咬嘴唇。
- > 從明天起，在一杯溫水中溶化半茶匙鹽，然後將鹽水放入口中短暫停留以清洗傷口。在未來至少五天，你需要在進食後及晚上睡覺前用鹽水輕輕地嗽口。

## 出血

- > 拔牙後的頭12至24小時內有少量滲血屬於正常情況。
- > 如果大量出血或一直持續出血，用涼水輕輕嗽口，然後在出血處放置干淨的紗布或干淨並已疊好的10厘米大小的方形布料。不要使用紙巾或棉花球。
- > 將紗布或布料咬緊30分鐘。
- > 稍微抬高頭部並靜止休息。
- > 如果持續出血或嚴重出血，請聯絡你就診的牙科診所。如果該診所無法提供協助，撥打8222 8220聯絡阿德萊德牙科醫院(Adelaide Dental Hospital)的口腔頷面外科小組(Oral and Maxillofacial Surgery Unit)。
- > 如果在非診症時間嚴重出血，撥打1800 022 222聯絡 *healthdirect Australia* 醫療諮詢熱線就進一步的護理尋求建議。

## 止痛

- > 你可能會在未來幾天有疼痛感。
- > 需要時可以服用撲熱息痛 (paracetamol) 及／或布洛芬 (Ibuprofen), 即 Nurofen, 或者相似的止痛藥。按包裝上的說明服用。
- > 請注意: 如果你對以上藥物過敏, 或者患有哮喘、胃酸倒流或胃潰瘍, 請勿服用布洛芬或亞司匹靈。
- > 如需更多關於止痛的建議, 請聯絡你就診的診所或你的普通科醫生。

## 手術拔牙後的額外資訊

- > 術後出現腫脹屬於正常情況, 腫脹可能在術後36至48小時之間達到頂峰。
- > 腫脹會在4到5天後開始消退。
- > 如有需要, 你可以在家用冰袋在臉頰上敷20分鐘幫助消腫。在最初的24至48小時內, 你可以在停敷10分鐘後按需要再敷。
- > 在腫脹消退的過程中可能出現淤青。
- > 你可能會在張口時感覺困難, 這屬於正常情況, 它會隨著腫脹的消退逐漸改善。
- > 術後只可以吃流質和軟的食物。
- > 在一個星期後逐漸恢復正常飲食。
- > 儘早恢復正常刷牙。

---

### 更多資訊

SA Dental  
GPO Box 864  
Adelaide SA 5001  
電話: 1300 008 222

[www.dental.sa.gov.au](http://www.dental.sa.gov.au)



[www.ausgoal.gov.au/creative-commons](http://www.ausgoal.gov.au/creative-commons)



© Department for Health and Wellbeing,  
Government of South Australia. All rights reserved.  
V1\_Printed October 2022\_Stock #7134

