

# هدايات بعد از كشيدن دندان

## امروز

- < يك بسته گاز براي كنترل خونريزي در دهان شما گذاشته شده است. گاز را حداقل به مدت نيم ساعت در جايش محكم نگه داريد.
- < به مدت 24 ساعت دهان خود را نشوييد زيرا ممكن است لخته خون را مختل كند.
- < تا 24 ساعت سگرت نكشيد و الكول ننوشيد.
- < بعد از يك ساعت مي توانيد با طرف ديگر دهان تان غذا بخوريد و بنوشيد، اما نه خيلي گرم و نه خيلي سرد.
- < غذا يا نوشيدني را دور دهان خود نچرخانيد، زيرا ممكن است لخته خون را مختل كند.
- < احتياط كنيد لب تان را در حالي كه بي حس است، دندان نگيريد.
- < شروع از فردا، نصف قاشق چايخوري نمك را در يك گيلاس آب گرم حل كنيد. با نگهداشتن محلول براي مدت کوتاه در دهان تان زخم را بشوييد. حداقل تا پنج روز آینده بعد از خوردن غذا و شب ها قبل از خواب به آرامي با آب نمك دهان تان را بشوييد.

## خون ريزي

- < تراوش كم خون در 12 تا 24 ساعت اول شايع است.
- < اگر خونريزي شديد يا دوامدار است، به آرامي دهان خود را با آب سرد بشوييد، سپس يك بسته گاز پاك يا يك قطعه مربع 10 سانتی متری پارچه پاك قات شده را روی ناحيه خونريزي قرار دهيد. از دستمال كاغذي يا پشم پنبه استفاده نكنيد.
- < روی اين بسته به مدت 30 دقيقه با دندان تان محكم فشار وارد كنيد.
- < طوري استراحت كنيد كه سر تان كمی بالاتر قرار گيرد.
- < اگر خونريزي ادامه يابد يا شديد باشد با همان كلينيك دندانانی كه رفته بوديد تماس بگيريد يا اگر كلينيك در دسترس نيست، با واحد جراحی دهان، الاشه و روی در شفاخانه دندان ادبلايد به شماره 8222 8220 تماس بگيريد.
- < برای خونريزي شديد بعد از ساعت كاري، جهت مشوره در مورد گزينه های مراقبت بيشتر، با healthdirect Australia به شماره 1800 022 222 تماس بگيريد.

## تسکین درد

- < ممکن است در چند روز آینده درد داشته باشید.
- < در صورت ضرورت از پاراستامول و/یا ایبوپروفن (مثلاً نوروفن) یا مسکن های مشابه استفاده کنید. هدایات روی بسته دوا را دنبال کنید.
- لطفا توجه داشته باشید: اگر به این دواها حساسیت دارید، استمنا، رفلکس یا زخم معده دارید، از مصرف ایبوپروفن یا آسپرین خودداری کنید.
- < برای مشوره بیشتر در مورد تسکین درد، با همان کلینیک دندان که رفته بودید یا داکتر محلی تان تماس بگیرید.

## معلومات بیشتر پس از کشیدن جراحی دندان

- < پندیدگی طبیعی است و می تواند در حدود 36 تا 48 ساعت پس از جراحی به شدت خود برسد.
- < پندیدگی بعد از 4 تا 5 روز شروع به کم شدن می کند.
- < در صورت ضرورت، در خانه برای کمک به کم کردن پندیدگی، یک کیسه یخ را به مدت 20 دقیقه روی صورت خود قرار دهید. به مدت 10 دقیقه آن را بردارید و بعد در صورت ضرورت در 24 تا 48 ساعت اول تکرار کنید.
- < با کم شدن پندیدگی ممکن است مقداری کبودی ایجاد شود.
- < ممکن است در باز کردن دهان خود دچار مشکل شوید. این طبیعی است و با کم شدن پندیدگی باز کردن دهان آسان تر می شود.
- < رژیم غذایی خود را به مایعات و غذاهای نرم محدود کنید.
- < در طی هفته آینده به تدریج به رژیم غذایی عادی تان بازگردید.
- < برس کردن عادی دندان های تان را هرچه زودتر شروع کنید.

برای معلومات بیشتر:

SA Dental

GPO Box 864

Adelaide SA 5001

تلفون: 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)