

د غاښ ایستلو لپاره لارښوونې

نن

- < ستاسو په خوله کې د وینې د کنټرول لپاره د پانسماڼ کڅوړه ایښودل شوی ده. پنبه لږ تر لږه نیم ساعت لپاره ټینګه په خوله کې وساتئ.
- < خپله خوله د ۲۴ ساعتونو لپاره مه وینځئ ځکه چې دا کولی شي د وینې غوټه پرېکړي.
- < سګرېټ مه څکئ او د ۲۴ ساعتونو لپاره الکھول مه څښئ.
- < یو ساعت وروسته، تاسو کولی شئ د خپلې خولې په بل اړخ خواړه وخورئ، مګر هیڅ شی باید ډیر ګرم یا ډیر یخ نه وي.
- < د خولې شاوخوا خواړه یا څښاک مه ښورئ، ځکه چې دا کولی شي د وینې غوټه پرې کړي.
- < پام کوی چې خپلې شونډې د بې حسه کیدو په وخت کې په غاښ نکرئ.
- < د سبا څخه پیل، یو ګیلاس ګرمو اوبو کې یوه نیمه کاشوغه مالګه حل کړئ. دا محلول په لنډه توګه په خوله کې د ساتلو له لارې زخم ومینځئ. لږ تر لږه تر راتلونکو پنځو ورځو پورې له ډوډۍ خوړلو وروسته او د شپې له ویده کیدو مخکې په مالګینو اوبو په نرمۍ سره ومینځئ.

د وینې بهیدل

- < د وینې یو کوچنی جریان په لومړیو ۱۲-۲۴ ساعتونو کې معمول دی.
- < که چیرې وینه ډیره یا دوامداره وي په نرمۍ سره خپله خوله په یخو اوبو سره ومینځئ، بیا د وینې په ساحه کې د پاکې پنبې کڅوړه یا د ۱۰ سانتي مترو مربع په اندازه بنداز کيږدی. کاغذي دسمال یا د وری پنبه مه کاروئ.
- < د ۳۰ دقیقو لپاره په ډېکڅوړه کلک غاښ ونیسئ.
- < د استراحت په وخت کې خپل سر لږ څه پورته کړئ.
- < که چیرې وینه دوام ومومي یا شديده وي د غاښونو کلینیک سره اړیکه ونیسئ چې تاسو ورغلی وی یا که چیرې کلینیک د لاسرسي وړ نه وی، د اډیلید غاښونو روغتون کې د خولې (غاښونو) او میکسیلو فاشیل (ژامه او مخ) د جراحي څانګې ته په 8222 8220 شمیره زنگ ووهئ.
- < د رسمي وخت څخه وروسته د سختې وینې بهیدني په صورت کې، د نورو پاملرني اختیاراتو په اړه مشورې لپاره د healthdirect Australia ته په 1800 022 222 شمېره زنگ ووهئ.

د درد تسکین

- < تاسو کیدای شي په راتلونکو څو ورځو کې درد ولری.
- < د اړتیا په صورت کې پاراسیتامول او/یا ایبوپروفین (یعنې نوروفین) یا ورته د درد آرام کوونکی درمل وخورئ. په پاکت کې لارښوونې تعقیب کړئ.
- مهرباني وکړئ په یاد ولرئ: ایبوپروفین یا اسپرین مه خوری که تاسو د دې درملو سره حساسیت لرئ، د ساه لنډۍ، د معدې اوبنتل یا د معدې زخم لرئ.
- < د درد څخه د خلاصون په اړه د نورو مشورې لپاره، د غاښونو کلینیک سره چې تاسو ورغلی یاست یا خپل محلي ډاکټر سره اړیکه ونیسئ.

د غاښ ایستلو د جراحي وروسته اضافي معلومات

- < پرسوب نورمال دی او د جراحي څخه وروسته شاوخوا ۳۶ - ۴۸ ساعتونو کې ډیریدای شي.
- < پرسوب به د ۴-۵ ورځو وروسته کمیدل پیل شي.
- < که اړتیا وي، په کور کې د پرسوب کمولو کې د مرستې لپاره د ۲۰ دقیقو لپاره ستاسو په مخ باندې د یخ ټوټه یا بسته کیږدئ. د ۱۰ دقیقو لپاره یې لرې کړئ بیا د اړتیا سره سم په لومړیو ۲۴ - ۴۸ ساعتونو کې تکرار کړئ.
- < د پرسوب کمیدو سره ځینې زخمونه کیدای شي پیدا شي.
- < تاسو کیدای شي د خولې په خلاصولو کې ستونزه تجربه کړئ. دا عادي خبره ده او د پرسوب کمیدو سره به آسانه شي.
- < خپل خواړه تر مایعاتو او نرمو خوړو محدود کړئ.
- < په راتلونکې اونۍ کې په تدریجي ډول خپل عادي رژیم ته راستون شی.
- < څومره ژر چې امکان ولري عادي بورس کول پیل کړئ.

د لایډیرو معلوماتو لپاره

SA Dental

GPO Box 864

Adelaide SA 5001

تلفون: 1300 008 222

www.dental.sa.gov.au



www.ausgoal.gov.au/creative-commons



© دروغتیا او هوساینې ځانګه، د سویلي آسټراليا حکومت. ټول حقونه خوندي دي.

V1_Printed October 2022_Stock #7134