

# SA Dental Service

## Instrucții pentru adulți după extragerea dinților

### Astăzi

- Vi sa pus un pansament in gura d-voastră ca să ajute la controlarea sîngerării. Țineți pansamentul apăsat pentru umătate de oră cel puțin înainte de a-l scoate
- **Nu vă** clătiți gura pentru 24 de ore după extragere, fiindcă poate deranja cheagul de sînge
- **Nu fumați** și nu consumați băuturi alcoolice pentru 24 de ore
- Puteți mânca și bea în partea cealaltă a gurii, dar nu ceva prea cald sau prea rece. Nu apăsați prea tare mîncarea sau lichidele pe locul extragerii
- Începînd de mîine, Dizolvați jumătate linguriță de sare într-un pahar de apă caldă. Clătiți rana cu soluția ținînd-o puțin în gură. Continuați a clăti ușor după ce mîncăți și seara înainte de culcare, pentru 3-5 zile cel puțin

### Sîngerare

- Puțină pierdere de sînge este normală în primele 12-24 de ore
- Dacă sîngerarea este multă sau persistă
  - Clătiți-vă gura ușor cu apă rece
  - Spălați-vă mîinile, și apoi puneți un pansament curat înfășurat sau o batistă curată pe golul dintelui
  - handkerchief over the area
  - Apăsați-l firm pentru 30 de minute.
  - Odihniți-vă cu capul mai ridicat de la orizontală
- Dacă sîngerarea persistă sau este severă, contactați Clinica Dentară (numai în orele normale de lucru)
- Dacă nu răspund, sunați 8222 8222 și cereți să vorbiți cu Unitatea Orală & Maxilofacială de la "Adelaide Dental Hospital"
- După orele de lucru contactați Doctorul din cartierul D-voastră sau duceți-vă la Secția de Urgență "Accident and Emergency" de la spitalul cel mai apropiat

## Ameliorarea Durerii

- Următoarele 3 zile probabil veți avea dureri.
- Luați Panadol or Panadeină sau ceva asemănător pentru calmarea durerii. Urmați instrucțiunile de pe pachet.
- **NU LUAȚI Aspirină sau Ibuprofen (de exemplu Nurofen)** fiindca poate avea ca rezultat o mai mare pierdere de sînge.

## Informații suplimentare după intervenția chirurgicală

- Umflatul este normal și poate ajunge la punctul culminant aprox. 36-48 de ore după extragere
- Umflătura se va reduce după 4-5 zile
- Ca să reduceți umflătura, acasă folosiți cuburi de gheață pe obraz pentru 20 de minute. Faceți o pauză de 10 minute și repetați
- Cînd se va reduce umflătura probabil vor apare vîntăți
- Culcați-vă cu două perne ca să aveți capul puțin ridicat
- Probabil ca veți avea dificultăți în deschiderea gurii. Acest lucru este normal și va deveni mult mai ușor în timp ce se va reduce umflătura
- Consumați mai mult lichide și mîncăruri moi
- În următoarea săptămîna puteți reîncepe alimentația normală
- Începeți periatul normal cît de curînd se poate
- SCUIPAȚI, NU CLĂȚIȚI gura după ce a-ți periat cu fluorură
- Apa de la cișmea este cea mai bună bautură