



Heilhofstrasse 1a, 81377 München

tel: 089 724 88 88 0
fax: 089 724 88 88 1
notfall: Dr. Solbrig 0172 865 805 7
Dr. Schüller 0151 614 166 06
Dr. Weidekamm 0174 142 315 6

Verhalten nach operativen Eingriffen

Der Tag des Eingriffs:

Die erste Tablette des Schmerzmittels bereits vor dem Nachlassen der Betäubungsspritze einnehmen. Etwa 6 Stunden lang mit einem Waschlappen, der alle 20 Min in kaltem Wasser ausgewaschen wird, kühlen. Alternativ kann mit einem Eisbeutel gekühlt werden, jedoch hier ein Handtuch zwischen Eisbeutel und Haut legen, damit eine lokale Unterkühlung vermieden wird (Eine Unterkühlung führt sonst zu einer späteren Aufwärmreaktion des Körpers mit daraus folgender Schwellung). In den ersten 6 Stunden nicht spülen und möglichst nur mit einem Strohhalm trinken. Solange die Spritze noch wirkt: Nichts essen, um sich nicht unbemerkt in Wange oder Zunge zu beißen. Den OP-Tag ruhig und ohne Anstrengungen verbringen.

Die ersten drei Tage:

Für eine möglichst störungsfreie Wundheilung drei Tage lang keine Zitrusgetränke, keinen Kaffee, keinen schwarzen Tee, keinen Alkohol, keine kohlenstoffhaltigen Getränke, keine Frischmilch trinken. Keinen Joghurt, keinen Quark, sowie keine scharf gewürzten Speisen essen. Geeignet sind als Getränk z.B. alle übrigen Sorten Tee sowie stilles Mineralwasser bzw. als Speise z.B. Kartoffelsuppe, Kartoffelbrei, weichgekochte Nudeln oder Reis, weiches Brot oder Gemüse. Harte Speisen sind meist noch unangenehm.

Die erste Woche:

Bis zum Entfernen der Fäden nach ca. 1 Woche gilt: Keine größere körperliche Anstrengung, keinen Sport, keine Sauna- oder Schwimmbadbesuche, keine direkte Sonneneinstrahlung am Kopf, und besonders wichtig für eine ungestörte Wundheilung: eine Woche nicht rauchen!

Zahnpflege:

Wichtig zur Vermeidung von Infektionen ist, dass von Anfang an die Wunde gereinigt wird. Bitte hierzu von Beginn an Zähneputzen, auch die Wundregion selbst und auch mit Zahnpaste. Das Zähneputzen sollte nur mit wenig Kraft und einer Zahnbürste des Härtegrades „WEICH“ erfolgen und soll nur soweit betrieben werden, dass keine stärkeren Schmerzen auftreten. Zusätzlich ist ab dem Tag nach der OP eine Kamillentee-Spülung oder sofern verordnet eine Spülung mit Chlorhexidin sinnvoll. Die Spülungen sollten dreimal täglich erfolgen und werden bis zum Entfernen der Fäden nach ca. einer Woche empfohlen. Für Kamillentee-Spülungen 3 Teebeutel in eine Tasse heißes Wasser geben und dann vor Verwendung abkühlen lassen. Fertiglösungen enthalten meist zu viel Alkohol und sind daher weniger geeignet.

Nachblutungen:

Ein Auftreten von Nachblutungen ist nicht allzu ungewöhnlich. Üblicherweise kann die Wunde insbesondere bei Nachlassen der lokalen Betäubungsspritze vorübergehend vermehrt bluten. Sollte eine mäßige Blutung nicht innerhalb einer halben Stunde von selbst aufhören, können Sie eine Kompression vornehmen. Hierzu verwenden Sie ein frisch gewaschenes Stofftuch (Taschentuch, Geschirrtuch, o.ä., keinesfalls aber ein Papiertaschentuch), wickeln es etwas zusammen und beißen ca. eine halbe Stunde darauf. Durch den Kompressionsdruck wird die Blutung in den meisten Fällen dann zum Stillstand kommen.

Verbandsplatten aus Plastik / Zahnersatzprothesen:

Sollten Sie eine herausnehmbare Zahnersatzprothese tragen, so ist es am besten, wenn Sie diese in den ersten drei Tagen nur kurz (weniger als 10 Minuten) zur Zahnpflege bzw. Wundspülung herausnehmen. Bei längerem Nichttragen kann die Schwellung die Form verändern und das Wiedereinsetzen der Prothese dann Schmerzen verursachen.

Sofern Sie eine Verbandsplatte erhalten haben, tragen Sie diese nur in den ersten 24 Stunden. Anschließend bitte die Platte herausnehmen, säubern und vorsichtshalber noch für 7 Tage aufbewahren.

Bei Implantaten und Knochenaufbauten:

Implantate müssen meist mehrere Monate einheilen. Während dieser Einheilzeit dürfen Sie in dem Kiefer, in dem Implantate gesetzt wurden **keine** elektrische Zahnbürste verwenden. Die Rotation der Bürste führt häufig zur Lockerung der Schutzkappen. Sollte sich dennoch eine Kappe lösen, setzen Sie sich bitte umgehend mit der Praxis in Verbindung.

Sofern Sie einen provisorischen Zahnersatz zum Herausnehmen besitzen, darf dieser keinesfalls ohne vorherige Kontrolle durch Dr. Solbrig, Dr. Schüller oder Dr. Weidekamm eingesetzt werden. Der Zahnersatz könnte durch Druck auf die Implantate zu einer Belastung des Knochens und dadurch zum Verlust der Implantate führen.

Nach Implantat-Operationen und insbesondere nach Eingriffen mit Knochenaufbau dürfen Sie meist im Falle einer Nachblutung **nicht**, wie im Absatz „Nachblutungen“ notiert, diese mit starker Kompression zum Stillstand zu bringen. Lediglich eine leichte Auflage einer Kompresse oder eines Stofftuches ist zulässig. In aller Regel kommt die Blutung hier innerhalb kürzerer Zeit zum Stillstand. Beim Auftreten einer Nachblutung nach Knochenaufbau oder Implantat wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an unser Praxisteam.

Wir wünschen Ihnen gute Besserung.