

# Adviezen en instructies na het verwijderen van een tand/kies of na een kleine kaak-chirurgische ingreep

## Bijzondere Tandheelkunde

### Inleiding

U heeft in ons ziekenhuis een extractie (verwijdering) van een tand/kies of een kleine kaak-chirurgische ondergaan en nu kunt u uw dagelijkse activiteiten langzaam maar zeker weer hervatten. Goede eet- en leefgewoonten bevorderen de genezing. Ook rust komt uw herstel ten goede.

Voordat u met ontslag gaat, bespreekt de tandarts deze zaken met u. Deze folder geeft algemene informatie over leefregels.

### Dagelijkse activiteiten

Als u weer thuis bent, kunt u uw dagelijkse activiteiten geleidelijk uitbreiden tot uw normale niveau. Forceer niets, neem in het begin regelmatig rust en let op wat uw lichaam aankan.

Voorkom zwaar lichamelijk werk en zwaar tillen, dit zorgt namelijk voor grote druk op de wond en de hechtingen.

Voelt u zich goed, dan mag u uw werk weer hervatten. Verricht u echter zwaar lichamelijk werk, waarbij u veel moet tillen, overleg dan eerst met uw tandarts over werkhervatting.

### Mondhygiëne en voeding

Probeer de mond de eerste dagen na de behandeling niet te spoelen, zodat de wondgenezing ongestoord kan plaatsvinden. Na een dag kunt u de mond weer gewoon poetsen. Eventueel kunt u spoelen of sprayen met de voorgeschreven middelen.

Gedurende de eerste twee dagen kunt u het beste zachte voeding gebruiken. Zorg de eerste uren ervoor dat het eten niet te warm is en voorkom per ongeluk op uw wang of lip bijten vanwege de verdoving. Vermijd hete koffie, thee en soep.

### Wondverzorging

Door de behandeling is er een wond(je) ontstaan. Dit zal vanzelf weer genezen, doordat zich een stolsel vormt. U helpt de wondgenezing door een half uur dicht te bijten op het gaasje dat is aangebracht op het wondje. Wanneer u het gaasje uitneemt, mag u de mond niet spoelen en niet op de wond zuigen, anders verdwijnt het stolsel weer.

Zeker als er meerdere tanden of kiezen getrokken zijn, moet u de eerste dag inspanning vermijden, zoals sporten, zwaar tillen of bukken.

Roken heeft een negatief effect op de wondgenezing. Wij raden u daarom aan om niet te roken.

### Hechtingen

Indien niet anders aangegeven lossen de hechtingen vanzelf op na een tot twee weken.

### Zwelling en verminderde mondopening

Gedurende enkele dagen kan uw gezicht in het behandelde gebied iets opgezwollen zijn. Vooral na het verwijderen van een verstandskies in de onderkaak kan dit het geval zijn.

De zwelling neemt na een dag of twee af. Ook kan uw lichaamstemperatuur iets verhoogd zijn. Uw mond kan in deze periode soms ook minder makkelijk open. Dit is een normaal verschijnsel en gaat vanzelf weer over.

### Pijnbestrijding

Is de verdoving uitgewerkt, dan kunt u pijn krijgen, die met pijnstillers echter meestal goed te verdragen is. Neem direct bij thuiskomst paracetamol of de pijnstillers die u door de tandarts zijn voorgeschreven. Neem geen aspirine, dit verergert de kans op eventuele nabloeding.

### Complicaties

Napijn, temperatuursverhoging, zwelling en bloeding zijn normaal en verdwijnen na enige tijd vanzelf. Neemt de pijn juist na drie dagen erg toenemen of merkt u dat de wond langer blijft nabloeden, neem dan contact met ons op. Ook als de zwelling niet binnen één week kleiner wordt of als u koorts krijgt hoger dan 39°C, kunt u contact met ons opnemen tijdens praktijkuren. Buiten praktijkuren dient u in deze gevallen contact op te nemen met uw eigen tandarts of een dienstdoende tandarts in de buurt.

### **(Pijn)klachten**

Heeft u de eerste week na de ingreep uit het ziekenhuis één van onderstaande klachten, neem dan contact op met:

- het secretariaat van de polikliniek Bijzondere Tandheelkunde, telefoon (053) 4 87 27 10 (tijdens kantooruren);
- dienstdoende huis-tandarts bij u in de buurt (buiten kantooruren en in het weekend).

Mogelijke klachten zijn:

- koorts boven de 38,5°;
- een opengaan wond;
- een ontsteking; de wond wordt dan rood, hard, warm of gaat pijnlijk kloppen;
- een grote hoeveelheid vocht uit de wond;
- hevige pijn.

Neem contact op in alle gevallen waarin u zich niet goed voelt en het niet vertrouwt. U kunt ons beter een keer te veel dan te weinig bellen.

### **Tenslotte**

U heeft recht op juiste en volledige informatie. Pas als u voldoende inzicht heeft, kunt u weloverwogen toestemming geven voor een bepaalde behandeling of een bepaald onderzoek. Als iets u niet geheel duidelijk is, vraagt u de verpleegkundige, nurse practitioner of arts dan om nadere uitleg.

De afdeling Bijzondere Tandheelkunde wenst u een spoedig herstel.