

Postoperatives Verhalten



Liebe Patientin, lieber Patient,

Zusätzlich zur mündlichen Aufklärung über das korrekte Verhalten nach einem operativen Eingriff in unserer Praxis möchten wir gerne dieses Schriftstück an die Hand geben, damit Sie auch später Zuhause, wenn Sie zur Ruhe gekommen sind, diese Tipps umsetzen können.

Zunächst sollten Sie möglichst 3 Tage auf folgende Produkte verzichten:

- Zigaretten/Tabak (!!!)
- Alkohol
- Kaffee
- Tee (schwarz/grün)
- Milchprodukte (Käse/Quark/Joghurt/Milch...)

Kühlen Sie das operierte Gebiet am Tag der OP und am Folgetag, beginnen Sie möglichst zeitnah nach der Operation, so verhindern Sie stärkere Schwellungen.

Legen Sie sich nach Möglichkeit nicht hin, d.h. der Oberkörper sollte zunächst noch höher gelagert werden. **Vermeiden** Sie auch in den folgenden Tagen **stärkere körperliche Anstrengungen** und das Arbeiten über Kopf, so sollten Sie sich z.B. zum Schuhe binden hinsetzen. All diese Maßnahmen verringern die Gefahr von Nachblutungen.

Sollten dennoch Nachblutungen auftreten, so legen Sie einen weiteren Mulltupfer (alternativ ein sauberes, zusammengeknülltes Stofftaschentuch auf die OP-Wunde und beißen drauf; dies wirkt wie ein Druckverband.

! Steht die Blutung nach 2 Stunden noch nicht, suchen Sie bitte die Praxis auf!

Betreiben Sie Ihre **Zahnpflege** wie gewohnt, den Wundbereich sollten Sie dabei allerdings großzügig aussparen, um keine Irritationen auszulösen. Zusätzlich sollten Sie nach dem Zähneputzen mit einer **Chlorhexidin-Mundspüllösung** ca. 1 min vorsichtig umspülen (alternativ mit Kamillentee).

Generell gilt es, die Wunde in Ruhe heilen zu lassen (weder mit dem Finger noch mit der Zunge abtasten) und auch sich selbst etwas Ruhe gönnen. Je weniger Stress, desto förderlicher für die Heilung

Sollten Sie trotz allem Beschwerden haben, wenden Sie sich an uns...

Gute Besserung wünscht das Praxisteam ZA Köppe!!!