

## Verhaltenstipps nach einem Knochenaufbau



Liebe Patientin, lieber Patient,

wir haben bei Ihnen einen Knochenaufbau durchgeführt. Dr. Baumann hat ein hohes Fachwissen und sehr viel Erfahrung mit dieser Behandlung. Dazu, wie Sie selbst zur guten und schnellen Heilung beitragen können, finden Sie im Folgenden einige bewährte Tipps:

### ■ **Reinigung der Zähne**

Sparen Sie in den ersten Tagen die Wunde bei der täglichen Zahnpflege mit der Zahnbürste aus, am besten bis zur Nahtentfernung. Wir nennen Ihnen eine geeignete Mundspüllösung, die Sie zusätzlich verwenden können.

### ■ **Schwellungen**

Postoperative Schwellungen sind normal und müssen Sie nicht beunruhigen. Damit sie schneller abklingen, können Sie Kühlpacks verwenden. Legen Sie jedoch keine sehr kalten Packungen direkt auf die Wange, dies kann die Haut schädigen. Wickeln Sie z. B. den Kühlakku oder das Kühlpack in ein Geschirrhandtuch und machen Sie zwischendurch Pausen. Warten sie bitte nicht, bis sich das Kühlpack bis auf Körpertemperatur erwärmt hat, sondern wechseln es rechtzeitig aus durch ein zweites, welches z.B. im Kühlschrank lagert.

### ■ **Schmerzen**

Für mögliche Beschwerden und Schmerzen empfehlen wir Ihnen ein geeignetes Schmerzmittel (Meistens: Ibuprofen 400. Dieses bekommen sie rezeptfrei in der Apotheke). Bitte nehmen Sie keine Medikamente ein, die ASS (Acetylsalicylsäure) enthalten (z.B. Aspirin). Da sie gerinnungshemmend wirken, können sie zu Nachblutungen führen bzw. diese verstärken.

Wenn wir Ihnen Antibiotika verordnet haben, nehmen Sie diese bitte sorgfältig nach Anleitung für die gesamte verordnete Zeitdauer ein, auch wenn Sie keinerlei Beschwerden haben.

### ■ **Nachblutungen**

Leichte, gelegentliche Nachblutungen nach einem chirurgischen Eingriff können mit folgenden Maßnahmen zum Abklingen gebracht werden:

- Setzen Sie sich aufrecht hin.
- Üben Sie leichten Druck auf die Wunde aus, indem Sie vorsichtig auf ein sauberes Stofftaschentuch oder einen speziellen Wattetupfer aufbeißen.
- Kühlen der entsprechenden Wange kann ebenfalls helfen, die Blutung zu stoppen.

### ■ **Nikotin und Alkohol...**

...können die Wundheilung beeinträchtigen und zu Komplikationen führen. Bitte verzichten Sie, wenn möglich, in den ersten drei Tagen nach dem Eingriff darauf.

### ■ **Essen und Trinken nach der Betäubung**

Warten Sie bitte mit dem Essen ab, bis die Betäubung nachlässt, damit Sie sich nicht verletzen. Sie könnten sich ansonsten auf die Zunge oder Wange beißen, ohne es zu spüren. Trinken können sie sofort. Sie sollten aber darauf achten, dass das Getränk oder die flüssige Speise über die Wagenseite fließt, welche nicht beeinträchtigt ist.

Nehmen Sie am besten weiche Lebensmittel und Mineralwasser zu sich.

Sobald die Wunde nach ein paar Tagen ausreichend verheilt ist, können Sie sich wieder wie gewohnt ernähren.

### ■ **Sport, Gartenarbeit, Sonnenbaden und Sauna**

... sollten einige Tage (3 -7) warten. Körperliche Anstrengung und Hitze könnten zu Nachblutungen führen.

### ■ **Was tun im Notfall?**

Der Knochenaufbau ist ein erprobtes zahnmedizinisches Verfahren, bei dem nur selten Komplikationen auftreten. Wie bei allen chirurgischen Eingriffen können sie jedoch nicht gänzlich ausgeschlossen werden.

Melden sie sich bitte, wenn sie unsicher sind oder noch Fragen zu Ihrem Heilungsverlauf oder zu Verhaltensweisen haben. Wir sind immer gerne für sie da.

Wir wünschen Ihnen eine schnelle Genesung!

Ihr Praxisteam