

# Zahn tipp

## **Au Backe ...**

**Richtiges Verhalten  
vor und nach der  
Zahntfernung**



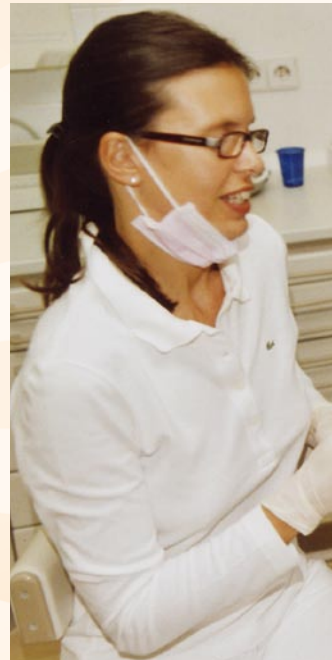
# Vor und nach der Zahnentfernung richtig verhalten

Manchmal ist es nicht zu vermeiden, dass Ihre Zahnärztin bzw. Ihr Zahnarzt einen Zahn entfernen oder einen kleinen operativen Eingriff in der Mundhöhle durchführen muss. Wenn man sich an einige **Grundregeln** hält, dann ist der Eingriff am nächsten Tag vielleicht noch nicht ganz vergessen, aber doch so gut wie verkraftet.

Sollte es doch einmal Komplikationen geben, kann Ihnen Ihr Zahnarzt schnell und effektiv helfen.

**Da jeder Eingriff seine Besonderheiten hat, sollten Sie unbedingt genau den individuellen Anweisungen Ihres Zahnarztes folgen.**

Fragen Sie lieber einmal zuviel als einmal zuwenig nach, wenn Ihnen etwas nicht ganz klar ist.



# Vor der Behandlung Erkrankungen und Medikamente

Schon im Vorfeld des Eingriffs sollten Sie Ihren Zahnarzt unbedingt vollständig über eventuelle Erkrankungen informieren. Er sollte über Herz- und Kreislaufkrankheiten, über Diabetes, Medikamenten-Unverträglichkeiten und die Einnahme von Medikamenten wie **Blutverdünnungsmitteln** (beispielweise Ma-

cumar, ASS) Bescheid wissen, um nur Einiges zu nennen. Sind Sie sich unsicher, setzt sich Ihr Zahnarzt direkt mit Ihrem behandelnden Arzt in Verbindung.

Wenn Sie einen Herz- oder Allergiepäss besitzen, legen Sie diesen bitte dem Zahnarzt vor, damit er die entsprechenden Medikamente wählt. Besteht erhöhtes Endokarditis-Risiko (Herzmuskelentzündung), bekommen Sie eventuell vor der Behandlung ein Antibiotikum verschrieben.

Ihr Zahnarzt informiert Sie vor dem Eingriff, ob und wie lange Sie eventuell bestimmte Medikamente, etwa blutverdünnende Mittel, absetzen sollen, und wann Sie diese wieder einnehmen können. Unter keinen Umständen dürfen Sie aber ein Medikament eigenmächtig absetzen.



# Schmerzmittel und Ernährung



**Keinesfalls** sollten Sie vor der Zahnentfernung aus Vorsicht **ein Schmerzmittel einnehmen**: Das kann zu Komplikationen beim Eingriff oder bei der Wundheilung führen.

Auch koffeinhaltige Getränke wie Cola und Kaffee sind vor einem Eingriff tabu. Jedoch sollten Sie gut frühstücken, bevor ein Zahn gezogen wird. Normale, leicht verdauliche Kost ist empfehlenswert.

Große Hektik auf dem Weg zum Arzt und starke körperliche Belastungen sollten Sie vermeiden, weil sich dadurch die Gefäße weiten, was zu erhöhten Blutungen beim Eingriff führen kann.

# Nach der Behandlung

Die Zeit unmittelbar nach dem chirurgischen Eingriff, aber auch die nächsten Tage sind für die ungestörte Heilung der kleinen Wunde im Mund besonders wichtig. Beachten Sie deshalb die folgenden Hinweise, wie Sie sich in den ersten Tagen verhalten sollten.

**Sie sind nach dem Eingriff in aller Regel nicht in der Lage ein Fahrzeug, auch Mofa, Fahrrad usw. zu führen!**



## Blutung stillen

In der Regel verlassen Sie die Zahnarztpraxis mit einem eingelegten Tupfer („Tamponade“) auf der Wunde. Auf diesen müssen Sie zirka eine halbe Stunde aufbeißen, um die Blutung zu stillen. Hat die Blutung danach noch nicht aufgehört, üben Sie eine weitere halbe Stunde Druck auf die Wunde aus, entweder mit einem neuen Tupfer (Mull) oder mit einem sauberen, zusammengerollten und angefeuchteten Stofftaschentuch, und lagern den Kopf beim Liegen hoch.

Nehmen Sie bei Bedarf das eventuell verschriebene Schmerzmittel. Eine Schwellung und Wundschmerz nach dem Eingriff sind normal und so lange unbedenklich, wie kein hohes Fieber (über 38,5 Grad) oder Schluckbeschwerden auftreten. Bei stärkeren **Nachblutungen** oder ungewohnt heftigen Schmerzen, auch wenn sie nach ein bis zwei Tagen auftreten, wenden Sie sich an Ihren Zahnarzt.

Verzichten sollten Sie auf **Schmerzmittel**, die Acetylsalicylsäure enthalten (ASS, Aspirin), weil sie blutverdünnend wirken. Andere Schmerztabletten können Sie unter Berücksichtigung etwaiger Unverträglichkeiten einnehmen. Fragen Sie Ihren Zahnarzt!

## Kühlen

Nach dem Eingriff sollte die betroffene Mundpartie gekühlt werden. Dadurch werden die Gefäße verengt. Das vermindert den Druck und die Schwellung. Aber bitte: **Nicht zu viel des Guten tun!** Nehmen Sie also kein Eis, sondern legen Sie von außen kalte feuchte Umschläge

oder ein kleines Kühlkissen (nicht aus dem Eisfach!) auf die betroffene Mundpartie. Abwechselnd zehn Minuten kühlen und zehn Minuten pausieren, und das über zwei bis drei Stunden. Im Einzelfall kann auch eine längere Kühlung sinnvoll sein. Darüber informiert Sie dann Ihr Zahnarzt.

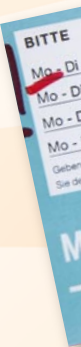
Vermeiden Sie in den beiden ersten Tagen zudem Wärme, etwa direkte Sonneneinstrahlung.



## Kreislauf nicht anregen

Um den Blutdruck nicht weiter zu erhöhen, sollten Sie in den ersten 24 Stunden nach dem Eingriff **keinen Alkohol**, keinen **Kaffee** sowie keinen **schwarzen Tee** zu sich nehmen und nicht **rauchen**.

Verzichten Sie für zwei bis drei Tage auf Sport und andere größere körperliche Anstrengungen und sprechen Sie wenig. Nachts sollten Sie den Kopf möglichst hoch lagern, etwa durch ein zusätzliches Kopfkissen.

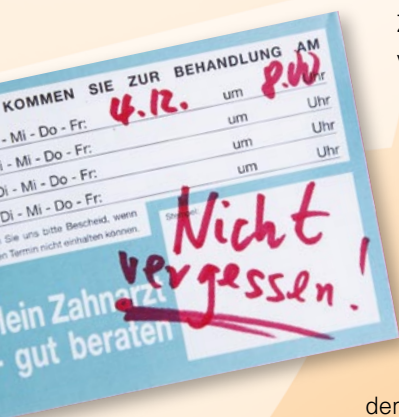


# Essen und Trinken

Sie sollten nicht essen, solange die Betäubung noch wirkt, und auch keine heißen Getränke zu sich nehmen. Sie könnten sich nämlich, ohne es zu merken, auf die Wange bzw. die Lippe beißen oder sich verbrennen. Zudem ist es sinnvoll, die ersten drei Tage nur weiche, nicht zu heiße Kost zu sich zu nehmen, um die Wundheilung nicht zu beeinträchtigen und eventuell vorhandene Wundnähte nicht zu gefährden.

## Mundhygiene und Spülungen

Nach dem Eingriff den Mund nicht umspülen, es besteht die Gefahr von Nachblutungen. Mundspülungen eventuell mit Mundwasser frühestens nach zwei Tagen beginnen. Die ersten 24 Stunden das Wundgebiet nicht reinigen. Danach können Sie sehr vorsichtig mit einer weichen Zahnbürste putzen, ohne das Zahnfleisch zu berühren. Zähne, die nicht unmittelbar an die Wunde angrenzen, weiterhin gründlich putzen.



## Nachsorgetermin beachten

Bitte beachten Sie den Termin für die Nachkontrolle der Wunde durch Ihren Zahnarzt! Sollte die Wunde genäht worden sein, werden die Fäden in der Regel nach etwa acht Tagen entfernt. Halten Sie den mit Ihrem Zahnarzt vereinbarten Termin unbedingt ein. Wenn die Fäden zu lange in der Wunde bleiben, können sie festwachsen und sich infizieren.

# Eine Information der

Kassenzahnärztlichen Vereinigung Nordrhein  
Lindemannstraße 34–42  
40237 Düsseldorf

Mehr Informationen rund um die Zahngesundheit unter  
[www.zahnaerzte-nr.de](http://www.zahnaerzte-nr.de).

Ihre Fragen sind herzlich willkommen unter  
E-Mail: [info@kzvnr.de](mailto:info@kzvnr.de)  
Patiententelefon: 02 11 – 68 40 40

Jeden ersten Mittwoch im Monat von 14.00 bis 16.00 Uhr haben Sie  
die Möglichkeit, am Patiententelefon einen Zahnarzt zu befragen.

Realisation:  
VVA Kommunikation GmbH  
Theodor-Althoff-Straße 39  
45133 Essen

Bildnachweis:  
P. Ramakers/[adpic.de](http://adpic.de) (Titel), Dr. Uwe Neddermeyer

