



## Verhaltensregeln nach chirurgischen Eingriffen

### Was ist normal?

- Schwellung:** Die Schwellung ist am 3. Tag nach der Operation am stärksten und klingt danach wieder langsam ab.
- Mundöffnung:** In den ersten Tagen ist eine eingeschränkte Mundöffnung normal.
- Hautverfärbung:** Durch Blutergüsse kann es zu einer von außen sichtbaren Verfärbung der Haut kommen (Hämatom). Diese geht erst nach mehreren Tagen langsam zurück und ist ungefährlich.
- Schmerzen:** Nach Abklingen der örtlichen Betäubung können Wundschmerzen auftreten.
- Nachblutungen:** Ein blutig verfärbter Speichel ist normal. Sollte die Blutung stärker sein, spülen Sie den Mund einmalig mit kaltem Wasser aus und beißen Sie für 2 Stunden auf ein **Stofftaschentuch oder Aufbisstupfer** und setzen Sie sich mit aufrechtem Oberkörper hin. Sollte danach die Blutung nicht aufhören, rufen Sie uns bitte an.

### Was sollten Sie tun?

- Schmerztabletten:** Nehmen Sie nach dem Abklingen der Betäubung **rechtzeitig eine Schmerztablette** ein und anschließend nach Anweisung des Arztes.
- Kühlen:** Kühlen Sie die Haut im Bereich des Operationsgebietes mit feucht-kalten Umschlägen für 3 Tage. **Bittewickeln Sie Eisbeutel und Kühlakkus in ein Stofftuch ein.**  
**Sie sollten keine Wärme anwenden sowie Sonne, Solarium und Sauna bis zur vollständigen Wundheilung vermeiden.**
- Entspannung:** Vermeiden Sie schwere körperliche Anstrengung. Legen Sie sich mit erhöhtem Oberkörper zur Ruhe. Dies verringert die Schwellung. Versuchen Sie vorsichtig den Mund regelmäßig bis zur Schmerzgrenze zu öffnen.
- Essen:** Bitte essen Sie erst etwas, wenn das Gefühl in Mund- und Gesichtsbereich wieder komplett vorhanden ist (nach ca. 2-4 Stunden). Um Verbrennungen zu vermeiden, sollten Sie in diesem Zeitraum auch keine heißen Getränke zu sich nehmen. Zunächst nur flüssige und weiche Kost.  
Am Op-Tag und am 1. Tag danach: keine koffeinhaltigen Getränke. Ausreichend trinken: ca. 2 Liter pro Tag (Wasser, Früchtetee, milde Säfte).  
Essen Sie für 6 Wochen nach Eingriffen im Unterkiefer nur weiche Kost beidseits (maximal Weißbrotkonsistenz).
- Mundpflege:** Spülen Sie nach jeder Mahlzeit den Mund vorsichtig mit Wasser aus. Putzen Sie die Zähne normal, im Wundgebiet vorsichtig, mit Zahnpasta und Wasser. Bitte spülen Sie den Mund zweimal täglich vorsichtig mit der von uns verordneten Mundspülösung. Diese sollte immer nach dem Zahneputzen verwendet werden.
- Aufbisstupfer:** Beißen Sie bei Nachblutungen bitte 2-3 Stunden fest auf die Tupfer auf. Entfernen Sie die Tupfer vorsichtig. Blut im Mundbereich bitte schlucken und nicht ausspucken, um eine weitere Nachblutung zu vermeiden.
- Kieferhöhleöffnung:** Wurde die Kieferhöhle bei operativen Eingriffen im Oberkiefer eröffnet, schnäuzen Sie bitte zwei Wochen die Nase nicht. Zudem gilt ein Flug- und Tauchverbot für diesen Zeitraum.
- Rauchen:** Rauchen Sie bis zur vollständigen Wundheilung (3-4 Wochen) nicht. **Rauchen stört die Wundheilung** extrem und verzögert den Heilungsprozess erheblich.
- Komplikationen:** Sollten extreme Schwellungen und Schmerzen, Schluckbeschwerden, derbe Hautrötungen, Fieber (über 38 Grad) oder durch Sie nicht stillbare Nachblutungen (siehe oben) auftreten, **dann rufen Sie uns während unserer Öffnungszeiten bitte an: 06221-9069988. Außerhalb unserer Öffnungszeiten wenden Sie sich bitte an den zahnärztlichen Notdienst (Sofienstr. 29, 69115 Heidelberg – eine Terminvereinbarung ist nicht notwendig).**

| Medikation    | Name       | Dosierung | Einnahme   | Beginn                           |
|---------------|------------|-----------|------------|----------------------------------|
| Antibiotikum  |            |           |            |                                  |
| Schmerzmittel |            |           |            |                                  |
| Mundspülung   | Octenident |           | 2x täglich | 1 Tag vor Op<br>(für 1-2 Wochen) |