

## Οδηγίες μετά από χειρουργικές εξαγωγές φρονημιτών

1. **Μην καπνίζετε τη μέρα της επέμβασης και για όσο μεγαλύτερο χρονικό διάστημα μπορείτε.**
2. **Αποφύγετε έντονη σωματική άσκηση** για τις επόμενες 24 ώρες
3. Όσον αφορά στη διατροφή σας **δεν πρέπει να φάτε μέχρι να φύγει τελείως η αναισθησία. Την πρώτη μέρα αποφεύγετε ζεστές τροφές και γαλακτοκομικά.**
4. Την ημέρα της εξαγωγής και για τις επόμενες **24 ώρες καλό είναι να μη βουρτσίζετε τα δόντια σας.** Μετά μπορείτε να συνεχίσετε κανονικά τις διαδικασίες στοματικής υγιεινής **στο υπόλοιπο στόμα εκτός από την περιοχή της εξαγωγής στην οποία έχουν τοποθετηθεί ράμματα.**
5. Για τον καλύτερο έλεγχο της πλάκας στην περιοχή που δεν μπορείτε να βουρτσίζετε, θα σας έχει δοθεί από τον οδοντίατρο συνταγή για στοματικό διάλυμα χλωρεξιδίνης, το οποίο χρησιμοποιείτε 3 φορές τη μέρα μισή ώρα μετά το βούρτσισμα. **Αρχίζετε τις στοματοπλύσεις την επόμενη μέρα της επέμβασης.**
6. **Πόνος και ενόχληση είναι πιθανό να υπάρχει.** Συνήθως τα συμπτώματα διαρκούν περίπου 24 – 48 ώρες. Για τον έλεγχο του πόνου θα σας έχουν χορηγηθεί κατάλληλα παυσίπονα ή/και αντιφλεγμονώδη φάρμακα.
7. **Μικρό οίδημα (πρήξιμο) είναι αναμενόμενο** και συνήθως διαρκεί 2-3 μέρες. Την πρώτη και δεύτερη μέρα μετά την επέμβαση καλό είναι να **τοποθετηθεί πάγος εξωτερικά της τραυματισμένης περιοχής για τον περιορισμό του οιδήματος.** Παγοκύστη θα σας χορηγηθεί στο ιατρείο. Στην περίπτωση που χρησιμοποιήσετε πάγο στο σπίτι τον τοποθετείτε μέσα σε νάιλον και μετά σε πετσέτα ώστε να μην έρχεται σε άμεση επαφή με το δέρμα, και τον **εφαρμόζετε στο μάγουλο για 10 λεπτά. Κάνετε 10 λεπτά διάλειμμα και επαναλαμβάνετε τη διαδικασία.** Δεν είναι σωστή η παρατεταμένη επαφή του πάγου με το δέρμα προς αποφυγή πρόκλησης εγκαυμάτων.
8. **Λήψη αντιβιοτικών απαραίτητη για αποφυγή ανεπιθύμητων συμβαμάτων. Ακολουθείστε τις οδηγίες της συνταγής που σας έχει δοθεί συνταγή.**
9. **Μικρή αιμορραγία είναι πιθανόν να υπάρχει τις πρώτες ώρες ως και 1 μέρα μετά την εξαγωγή.** Αποφεύγετε να ξεπλένετε διαρκώς το στόμα σας. Αν παρατηρηθεί εντονότερη αιμορραγία μπορείτε να τοποθετήσετε στην περιοχή μια γάζα ή ένα βρεγμένο σακουλάκι τσαγιού και να το δαγκώσετε για περίπου 20 λεπτά. Συνήθως η αιμορραγία σταματάει εύκολα και δεν υπάρχει λόγος ανησυχίας.
10. Τα ράμματα αφαιρούνται σε **7 μέρες.**
11. Για οποιοδήποτε άλλο θέμα είμαστε στη διάθεσή σας οποιαδήποτε ώρα.