

Συμβουλές μετά από χειρουργική κάλυψη υφιζήσεων (ουλικά μοσχεύματα)

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.** Εν συνεχεία προτείνεται **μαλακή διαίτα** για τις υπόλοιπες ημέρες.
4. Την ημέρα της επέμβασης και για τις επόμενες 24 ώρες δεν πρέπει να βουρτσίζετε τα δόντια σας. Μετά μπορείτε να συνεχίσετε κανονικά τις διαδικασίες στοματικής υγιεινής **στο υπόλοιπο στόμα εκτός από τις περιοχές στις οποίες υπάρχουν ράμματα ή χειρουργική κονία.**
5. Για τον καλύτερο έλεγχο της πλάκας 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 μετά από οποιαδήποτε χειρουργική επέμβαση.** Για τον έλεγχο του πόνου θα σας έχουν χορηγηθεί κατάλληλα παυσίπονα ή/και αντιφλεγμονώδη φάρμακα.
7. **Μικρό οίδημα (πρήξιμο) είναι αναμενόμενο** μετά από κάποιες χειρουργικές επεμβάσεις και συνήθως διαρκεί 2-3 μέρες. **Την πρώτη και δεύτερη μέρα της επέμβασης καλό είναι να τοποθετηθεί πάγος εξωτερικά της τραυματισμένης περιοχής για τον περιορισμό του οιδήματος.** Παγοκύστη θα σας δοθεί στο ιατρείο. Τοποθετείτε τον πάγο 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 διάλειμα και επαναλαμβάνετε τη διαδικασία. Δεν είναι σωστή η παρατεταμένη επαφή του πάγου με το δέρμα προς αποφυγή πρόκλησης εγκαυμάτων.
8. **Λήψη αντιβιοτικών σε τέτοιες επεμβάσεις είναι απαραίτητη (συνήθως Augmentin 1gr. 1 ανά 12 ώρες).**
9. **Μικρή ποσότητα αιμορραγίας είναι πιθανόν να υπάρχει τις πρώτες ώρες μετά την επέμβαση.** Αποφεύγετε να ξεπλένετε διαρκώς το στόμα σας. Αν παρατηρηθεί εντονότερη αιμορραγία από την υπερωα μπορείτε να εφαρμόσετε **πίεση στην περιοχή με μια γάζα ή ένα βρεγμένο σακουλάκι τσαγιού για περίπου 20 λεπτά.** Συνήθως η αιμορραγία σταματάει εύκολα και δεν υπάρχει λόγος ανησυχίας.
10. **Αν έχει τοποθετηθεί χειρουργική κονία προσπαθήστε να μην καταναλώσετε τροφές για τις επόμενες 2 ώρες μέχρι ωστόσο σκληρύνει.** Από εκεί και πέρα προσπαθήστε να μην την ενοχλείτε διαρκώς με κινήσεις της γλώσσας.
11. Αν φύγει κάποιο μικρό κομμάτι της κονίας τότε δεν υπάρχει πρόβλημα και το θέμα θα αντιμετωπιστεί στο επόμενο προγραμματισμένο σας ραντεβού. Αν όμως η κονία έχει αποκολληθεί σε μεγάλο τμήμα της και κινείται τότε καλό είναι να προσέλθετε για να τοποθετηθεί καινούρια.
12. **Η αφαίρεση των ραμμάτων γίνεται σε 14 μέρες.**
13. Το βούρτσισμα στην περιοχή ενδιαφέροντος μετά την αφαίρεση των ραμμάτων πρέπει να γίνεται με **μαλακή χειρουργική οδοντόβουρτσα μέχρι και 2 μήνες μετά την επέμβαση.** Ακολουθείστε τις οδηγίες που σας έχουν δοθεί.
14. Είναι προς όφελός σας να προσέλθετε σε όλα τα ραντεβού που θα σας ζητηθούν μετά την επέμβαση προς αποφυγή επιπλοκών.
15. Για οποιοδήποτε άλλο θέμα είμαστε στη διάθεσή σας οποιαδήποτε ώρα.