**NAVODILA PACIENTOM PO ORALNO-KIRURŠKEM POSEGU**

Spoštovani,

da bo pooperativno celjenje potekalo dobro in brez zapletov, lahko veliko pripomorete sami.

Svetujemo vam, da upoštevate naslednje:

**1. Da bo oteklina manjša,** pričnite s čimprejšnjim hlajenjem operiranega predela. Z zunanje strani hladite z ledenim obkladkom (vrečka z gelom ali kocke ledu zavjite v pvc vrečko).

Hlajenje naj traja še naslednji dan po operaciji, nakar s hlajenjem prenehajte. Ta čas se izogibajte izvorom toplote (npr. toplota štedilnika, grelne pečice, sauna itd.).

Ponoči naj bo vzglavje privzdignjeno. Priporočamo, da spite na strani, ki ni bila operirana.

Na dan operacije lahko pričnete hrano uživati takoj, ko popusti učinek anestetika. Hrana in pijača naj bosta hladni.

**2. Prve 2 do 3 dni:**

- bodite doma in počivajte,

 - izogibajte se žvečenju trde hrane,

 - ne uživajte alkohola in ne kadite,

 - izogibajte se prepihu.

Ves teden se izogibajte večjim fizičnim naporom.

**3. Celjenje rane mora potekati v čistem okolju,** zato čistite zobe običajno s ščetko in pasto.

Predel rane čistite prve dni z vatirano paličico v smeri od dlesni proti zobni kroni. Kasneje lahko namesto z vatirano palčico nežno čistite z mehkejšo zobno ščetko.

Prvi teden po posegu priporočamo izpiranje ust z raztopino ki vsebuje klorheksidin npr. Parodontax ali Curasept 0.2% (v lekarni brez recepta) 2-krat dnevno, pol ure po čiščenju zob.

**4. Proti bolečinam** priporočamo, da vzamete analgetik (Nalgesin, Lekadol ...), še preden popusti učinek anestezije in ga jemljite redno prve 2-3 dni, kasneje pa le po potrebi. Vsaj še dan po posegu **ne** jemljite analgetikov, ki vsebujejo acetilsalicilno kislino (Aspirin, Fortalgin ...).

Običajno operirani predel oteče in postane nekoliko boleče, zmanjša se tudi odpiranje ust. Telesna temperatura se lahko dvigne do 38 °C.

V primeru znatnejšega poslabšanja stanja (krvavitev, močno oteženo požiranje, visoka vročina, močne bolečine) ali **če se stanje prične poslabševati tretji dan po operaciji**, se nemudoma zglasite na kontrolni pregled oz. pokličite na tel. št. 01/437 9511.

Želimo vam čimprejšnje okrevanje.

Matjaž Oblak, dr.dent med.

specialist za oralno kirurgijo

Implantološki center Ljubljana