



DR. MED. DENT.  
**THOMAS KETTNER**  
FACHZAHNARZT FÜR ORALCHIRURGIE  
IMPLANTOLOGIE

## VERHALTENSEMPFEHLUNG NACH EINEM ZAHNÄRZTLICH-CHIRURGISCHEN EINGRIFF

Liebe Patientin, lieber Patient,

bei Ihnen wurde heute ein zahnärztlich-chirurgischer Eingriff vorgenommen.  
Um Probleme, Wundheilstörungen und damit unnötige Schmerzen zu vermeiden, bitten wir Sie, folgende  
Vorsichtsmaßnahmen zu beachten:

1. Sollten wir Ihnen einen **Aufbisstopfer** zwischen die Zähne gelegt haben, beißen Sie bitte für etwa zwei Stunden darauf und entfernen Sie ihn anschließend.  
Im Falle einer Nachblutung legen Sie einen Tupfer oder ein sauberes Stofftaschentuch auf die Wunde und beißen Sie für mindestens eine weitere Stunde darauf. Legen Sie sich dabei mit erhöhtem Oberkörper hin.  
Vorsicht: Wiederholte Mundspülungen erhöhen die Blutungsneigung.  
Falls Sie die Blutung nicht stoppen können, suchen Sie unsere Praxis oder den nächsten zahnärztlichen Notdienst auf.
2. Schluckbeschwerden, sowie eine eingeschränkte Mundöffnung sind in den ersten Tagen nicht ungewöhnlich.  
Vermeiden Sie jegliche **mechanische Belastung** der Wunde (Vorsicht beim Essen, Sprechen und Zähneputzen: nicht saugen, die Wunde nicht mit Fingern berühren), damit der Blutpfropf, der die Wunde verschließt und schützt, nicht zerstört wird. Kauen Sie vorerst auf der nicht operierten Seite. Bei operativen Zahnentfernungen sollte eine maximale Kaubelastung frühestens nach vier Wochen erfolgen.  
Bei Eröffnungen der Kieferhöhle dürfen Sie die nächsten zwei Wochen auf keinen Fall schnäuzen. Tupfen oder wischen Sie lediglich die Nase ab.
3. Für die nächsten drei Stunden sollten Sie nicht aktiv am Straßenverkehr teilnehmen.  
Wir empfehlen Ihnen, am heutigen Tag kein Fahrzeug zu führen.
4. Vermeiden Sie während der nächsten Woche **körperliche Anstrengung**, um nicht durch einen erhöhten Blutdruck eine Nachblutung zu provozieren. **Nicht bücken, nicht heben, kein Sport.**
5. Nehmen Sie die verordneten **Medikamente** regelmäßig und in der verordneten Dosis ein.  
Dies ist wichtig für den Heilungserfolg.
6. **Kühlen** Sie bitte unverzüglich die operierte Seite für die nächsten **3** Tage. Sie vermindern dadurch Schwellung und Schmerzen. Die Kühlung sollte nicht zu kalt oder unangenehm sein. Bei Verwendung eines Eisbeutels legen Sie ein Tuch zwischen Eisbeutel und Wange, um eine zu starke Kühlung zu vermeiden.  
Bringen Sie in keinem Fall Wärme an die betroffene Seite. **Keine Sauna.**
7. Sie müssen sich die nächsten Tage nach jeder Mahlzeit äußerst gründlich die **Zähne putzen**. Das Operationsgebiet sollte vorsichtig gereinigt werden. Falls Sie eine Mundspüllösung bekommen haben, spülen Sie vorsichtig ab morgen nach jedem Zähneputzen für etwa eine Minute die gesamte Mundhöhle aus.
8. Essen Sie in keinem Fall bevor die Betäubung völlig abgeklungen ist. Vermeiden Sie in den nächsten Tagen wegen der eingeschränkten Hygienefähigkeit klebrige Speisen. Empfehlenswert ist **flüssige Kost** wie klare Suppen (z.B. Bouillon mit Ei). An den folgenden Tagen empfiehlt sich **weiche**, nicht zu scharf gewürzte **Kost**.
9. **Vermeiden Sie in der nächsten Woche nach Möglichkeit:**
  - **Milchprodukte, Cremesuppen und Rohkost.**
  - **Nikotin**
  - **Alkohol**
  - **Koffein (Kaffee, Cola, schwarzer Tee)**
10. Kommen Sie pünktlich zum vereinbarten **Kontrolltermin**. Falls die Wunde vernäht wurde, sollten die Fäden nach etwa einer Woche wieder entfernt werden. Wenn Sie Fieber über 38,5°C bekommen, die Schwellung nach anfänglicher Besserung plötzlich wieder zunimmt oder Sie irgendetwas anderes beunruhigt, dann wenden Sie sich umgehend an uns.

**Wir wünschen Ihnen gute Besserung!**