

# ZAHNÄRZTE

FEINE ZAHNHEILKUNDE  
HOCHWERTIGE PROPHYLAXE

Dr. W. SCHLERF    Dr. C. TÖGEMANN

## Verhaltensregeln nach Zahnentfernung

wir haben für Sie einige Tipps zusammengestellt, die Ihnen unnötige Schmerzen ersparen sollen und für eine schnelle Wundheilung hilfreich sind.

- **Wattetupfer:** Wenn Sie einen Wattetupfer auf die Wunde bekommen haben, sollten Sie ca. 30 Min. auf diesen beißen (zur Blutstillung).
- **Nicht spülen:** Die Wunde verschließt sich zunächst mit einem Blutpfropf. Wird das Blut durch ständiges Mundspülen oder ausspucken verdünnt, kann sich der Wundpfropf nicht ausbilden und die Wunde nicht heilen.
- **Trinken:** Anregende Getränke meiden. Heute keinen Kaffee, schwarzen Tee, Alkohol.
- **Essen :** Erst nach Wiederkehr des vollen Gefühls, frühestens nach 2 Stunden. Scharf gewürzte und heiße Speisen meiden.
- **Rauchen:** Heute gar nicht! (Kann den Blutpfropf auflösen!)
- **Anstrengung:** Vermeiden wegen der Gefahr einer Nachblutung durch erhöhten Blutdruck. Nicht bücken, nicht heben, keinen Sport.
- **Autofahren:** Vermeiden wegen herabgesetzter Reaktionsfähigkeit für 2 bis 3 Stunden.
- **Kühlen:** Zur Verringerung der Schwellung nach einer komplizierten oder operativen Zahnentfernung zu empfehlen, max. 2 Tage. In keinem Fall innerhalb der ersten 24 Stunden Wärme anwenden (Sonnenbad, Trockenhaube etc.).
- **Schmerzen:** Nach dem Abklingen der Betäubung ist mit einem Wundgefühl zu rechnen. Sie können dann eine Schmerztablette einnehmen (nicht vorher, verdünnt das Blut!). Es kann vorkommen, dass sich der Mund vorübergehend nicht mehr weit öffnen lässt oder Schluckbeschwerden auftreten (untere Weisheitszähne).
- **Temperatur:** Sollte die Körpertemperatur über 38,5°C steigen, ist dies ein Anzeichen für eine Wundinfektion und ein Grund, erneut einen Zahnarzt aufzusuchen.
- **Blutungen:** Können in geringem Umfang nach Zahnentfernungen vorkommen und sind i.d.R. ungefährlich. Bei anhaltenden Blutungen sollten Sie für 30 Min. fest auf ein zusammengefaltetes Stofftaschentuch beißen. Dabei sollten Sie sich nicht flach hinlegen, sondern den Kopf möglichst hoch lagern (Blutdruck sinkt).
- **Mundpflege** Die Wunde selbst nicht reinigen, sonst normale Mundhygiene.

**Wir wünschen Ihnen gute Genesung!**

ZERTIFIZIERT IN CMD, ENDODONTIE, IMPLANTOLOGIE, PARODONTOLOGIE

---

ZAHNÄRZTLICHE PARTNERSCHAFTSGESELLSCHAFT  
DR. CHRISTOPH TÖGEMANN & DR. WOLFGANG SCHLERF  
KARLSTRASSE 37, 22085 HAMBURG, TEL. 22 21 22, FAX 22 73 310  
INFO@DRES.TOEGEMANN-SCHLERF.DE, WWW.DRES.TOEGEMANN-SCHLERF.DE