

## Navodila po puljenju zoba

Splošno velja, da je puljenje zoba eden izmed najpreprostejših postopkov v zobozdravstvu. **Ustna sluznica se dokaj hitro celi in ob upoštevanju navodil se lahko izognemo zapletom.**

Na mestu puljenja zoba lahko **namestite hladni obkladek**, zmanjšal bo oteklino in tudi bolečino. Pazite da led ne bo v direktnem kontaktu s kožo, da ne pride do omrzlin. Zavijte ga v čisto brisačo.

**Rane prvih nekaj dni ne izpirajte**, kasneje pa lahko uporabljate žajbelj ali ustno vodo s klorheksidinom. Spiranje lahko odstrani krvni strdek iz rane.

**Oteklina lica je najizrazitejša drugi ali tretji dan in ne pomeni zapleta** ter se po tretjem dnevu začne zmanjševati. V primeru, da je vam je bil predpisan antibiotik, ga jemljite količinsko in časovno tako kot vam je bilo predpisano.

**Pokličite nas, če krvavitev ne poneha, če imate hude bolečine več kot tri dni po posegu, če imate hujšo zaporo ust, če imate visoko telesno temperaturo (nad 38.0°C) ali druge večje težave v zvezi s posegom.**

### SPLOŠNI NAPOTKI PO PULJENJU ZOBA

1. Po opravljenem puljenju se na rano položi sterilno gazo, v katero ugriznete in jo zadržite na mestu vsaj 30 minut.
2. Jeste lahko že par ur po posegu, vendar predvsem mehkejšo, mlačno ali hladno hrano in na drugi strani. Izogibajte se hrani, ki se dobri npr. prepečenec ali kruh. Koščki lahko zaidejo v rano in povzročijo komplikacije.
3. Ne izpirajte in ne sesajte rane ter vanjo ne drezajte z jezikom ali zobno ščetko. Redno in natančno si umivajte zobe (razen v predelu rane). V par dneh se bo na mestu puljenja napravila krasta, ne odstranjujte je.
4. Priporočljivo je, da prve 3 dni ne uživajte alkoholnih pijač, kadilci pa se izogibajte kajenja. V primeru, da kadite, kadite zelo nežno – vakum pri vlečenju lahko izsesa strdek iz rane.
5. Odsvetujemo večjo fizično aktivnost.
6. V primeru bolečin lahko vzamete najljubšo protibolečinsko tableto (npr. lekadol ali nalgesin), vendar ne aspirina, aspirin redči kri in lahko ovira postopek celjenja rane.
7. V primeru, da se rano zašije se šivi načeloma odstranijo po tednu dni. Bolniško odsotnost z dela vam po potrebi predpiše osebni zdravnik, z naše strani dobite potrdilo o posegu.

### DODATNE OPOMBE

---

---

---

---

---