



Verhaltensregeln nach der Zahnentfernung

Damit die Heilung möglichst schnell und erfolgreich verläuft, bitten wir Sie, die folgenden Ratschläge zu befolgen.



JETZT

- Beißen Sie **mindestens 20 Minuten fest auf den eingelegten Tupfer**, damit sich in der Wunde ein stabiles Blutgerinnsel bildet – daraus können in den folgenden Wochen Knochen und Zahnfleisch entstehen.
- **Essen und trinken Sie nichts**, solange die Betäubung wirkt (**2,5–3 Stunden**), da Sie sich sonst auf Lippe oder Zunge beißen oder sich verschlucken könnten. Falls Sie sich doch auf die Lippe gebissen haben: Kühlen sowie 3–4 Tage mit einer **chlorhexidinhaltigen** Mundspülung (Corsodyl, Curasept) spülen.
- Zur Verringerung der Schwellung **kühlen Sie die betroffene Gesichtshälfte** (kalte Umschläge / Eisbeutel, besonders nach chirurgischer Zahnentfernung), in Abschnitten von 15–20 Minuten mit kurzen Pausen.
- Schlafen Sie in der ersten Nacht **mit erhöhtem Kopf** (zusätzliches Kissen) – das verringert Blutung und Schwellung.
- **Achten Sie besonders auf die Mundhygiene**: Reinigen Sie die Wunde bereits am ersten Abend, spätestens ab dem zweiten Tag (weiche Zahnbürste oder Finger mit Zahnpasta), damit sie sauber und belagfrei bleibt – so vermeiden Sie eine Infektion.
- Nehmen Sie die **Medikamente wie verordnet** ein:
 - das **Antibiotikum** (Augmentin, Akti, Aksolin, Amokil, Curam, Dalacin, Klion) **bis zum Ende der Packung**,
 - das **Schmerzmittel** (Apranax, Dolgit, Cataflam, Ketodex, Flector Pulver, Xilox Pulver) nur bei Bedarf, **höchstens 3-mal täglich**.Falls Sie kein Rezept erhalten haben und starke Schmerzen haben: **Cataflam Dolo** oder **Flector Dolo** sind rezeptfrei in der Apotheke erhältlich – bei Schmerzen höchstens 3-mal täglich.



3 TAGE LANG

- ✓ **Putzen Sie unbedingt die Zähne und reinigen Sie die Wunde 2-mal täglich!**
- ✓ Vermeiden Sie am ersten Tag heiße Speisen und Getränke – essen Sie **weiche Kost** (Suppe, Gemüsebrei, pürierte Speisen).
- ✗ **Keine Milch, Milchprodukte oder eihaltigen Speisen** (zur Vermeidung lebender Kulturen und Bakterien) – halten Sie eine milch- und eifreie Diät (Tee, Suppe, Erfrischungsgetränke, Kekse).
- ✗ **Berühren Sie** die Wunde nicht mit der Zunge oder einem Zahnstocher.
- ✗ **Spülen Sie** den Mund nicht aus!
- ✗ **Trinken Sie** keine hochprozentigen alkoholischen Getränke!
- ✗ **Keine kernigen, feinkörnigen** Lebensmittel (sie können sich in der Wunde festsetzen).
- ✗ **Saugen Sie nicht** an der Wunde und benutzen Sie **keinen Strohhalm** – löst sich das Blutgerinnsel, entsteht an der Stelle ein Hohlraum.
- ✗ **Rauchen Sie** nicht!
- ✗ Vermeiden Sie **Bücken** und größere **körperliche Anstrengung!**



SPÄTER

Nach einer Zahnentfernung lohnt es sich, über den **baldigen Ersatz des fehlenden Zahnes** nachzudenken. Eine länger bestehende Zahnlucke kann zum Kippen der Nachbarzähne, zum Herauswachsen der gegenüberliegenden Zähne und zum fortschreitenden Knochenabbau im Bereich der Lucke führen. Ein dauerhaft fehlender Zahn kann ernsthafte Kau- und ästhetische Probleme verursachen und zum Verlust weiterer Zähne führen.



BEI PROBLEMEN

- Sollte die Wunde **erneut bluten**: Beißen Sie auf ein Stück Gaze oder ein zusammengerolltes sauberes Papiertaschentuch, halten Sie den Druck **mindestens 20 Minuten** aufrecht und entsorgen Sie es danach. Blutet es weiterhin, wenden Sie sich an unsere Praxis oder an den zahnärztlichen Notdienst.
- Wenn die Wunde **über den 4. Tag hinaus** anhaltend, nicht nachlassend und **pochend schmerzt**, wenden Sie sich an unsere Praxis oder an den zahnärztlichen Notdienst, damit wir helfen können.

☎ Zahnarztpraxis Dr. Zoltán Dul

Sprechzeiten: Montag, Mittwoch: nachmittags (14:00 – 18:00)
Dienstag, Donnerstag: vormittags (08:00 – 12:00)
Freitag: vormittags (ungerade Woche), nachmittags (gerade Woche)

Telefon: **+36 (94) 900 – 892**

📍 Zahnärztlicher Notdienst – Szombathely

Adresse: Szombathely, Markusovszky Lajos u. 8.
Sprechzeiten: an Wochenenden und Feiertagen: 08:00 – 14:00

Telefon: **+36 (94) 313 – 340**



Die Nichtbeachtung dieser Verhaltensregeln kann zu erneuten, stärker werdenden Schmerzen und Entzündungen führen!
Bitte befolgen Sie stets die hier beschriebenen Empfehlungen für eine schnelle und erfolgreiche Heilung!