

Verhalten nach dem Eingriff

Sehr geehrte Patienten,

mit diesem Infoblatt möchten wir Ihnen **nützliche Tipps** für Ihr Verhalten nach dem Eingriff mit auf den Weg geben:

1. Kühlung

Da die Kühlung nach der Entfernung der Weisheitszähne einen immensen Einfluss darauf hat, ob es zu einer Schwellung im Gesicht kommt und wie stark diese ausfällt, bekommen alle Patienten bei uns direkt im Anschluss an den Eingriff die Möglichkeit, das Gesicht mittels der hochmodernen Hilotherm-Gesichtsmaske zu kühlen. Diese wurde ursprünglich für den Bereich der plastischen Chirurgie, z.B. nach aufwendigen Facelifts entwickelt.

Für den späteren Heimweg erhalten ergänzend alle Patienten ein Coolpack von uns. Zuhause sollte mit einem Kühlakku oder Coolpack, umwickelt mit einem nassfeuchten Waschlappen oder Handtuch, in regelmäßigen Abständen gekühlt werden. Für bestmögliche Ergebnisse, sollte diese Maßnahme auch in der Nacht erfolgen. Dazu kann man einen Waschlappen mit einer Mullbinde oder einem ähnlich flexiblen Stoff um den Kopf herum fixieren.

Das Maximum der Schwellung ist erst 36 Stunden nach dem Eingriff zu erwarten, deswegen sollte eine konstante Kühlung über mehrere Tage erfolgen.

2. Sport

Nach der Weisheitszahnentfernung wird empfohlen, jegliche sportliche Aktivitäten für eine Woche zu pausieren, damit der Wundbereich zunächst vollständig abheilen kann. Im Einzelfall und je nach operativem Aufwand, kann Sport auch früher wieder aufgenommen werden.

3. Medikamente

Nach der Weisheitszahnentfernung bekommen alle Patienten Schmerzmittel für mehrere Tage bei uns verschrieben, mit deren Einnahme direkt nach der OP begonnen werden sollte. Dies begünstigt eine fortwährende, langanhaltende Schmerzfreiheit.

Wie lange die Schmerzmittel tatsächlich notwendig sind, kann sich individuell sehr unterscheiden und wird deswegen nach Bedarf nur einen oder über mehrere Tage verwendet.

4. Ernährung

Viele Patienten haben Angst, dass sie nach der Weisheitszahnentfernung tagelang nichts essen können. Diesen Irrglauben möchten wir gerne richtig stellen.

NATÜRLICH kann man nach diesem Eingriff essen und sollte man auch. Lediglich während die lokale Betäubung noch wirkt und somit die Lippen, die Wangen und die Zunge noch betäubt sind, sollte man, um Bissverletzungen zu vermeiden, noch mit dem Essen und Trinken von warmen Speisen sowie Getränken warten.

Danach empfiehlt es sich, vor allem weiche und keine zu krümelige Nahrung zu sich zu nehmen.

Hier eine Liste der Nahrungsmittel, auf die die meisten Patienten zurückgreifen:

- Kartoffelpüree
- Weich gekochtes Gemüse
- Apfelmus
- Nudeln mit einer Sauce
- Gemüsebrühe oder andere Suppen
- Rührei
- Fisch
- Brot ohne harte Kruste
- Karottenpüree
- Babybrei aus dem Glas