



Bruckmatten 29 A  
79356 Eichstetten

Tel. 07663-9133160  
www.dr-ziebold.de

## Verhalten nach Weisheitszahnentfernung

### Bitte beachten Sie:

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

<b>Wattetupfer</b>	Wenn Sie einen Wattetupfer auf die Wunde bekommen haben, sollten Sie ca. 30 Minuten auf diesen beißen (zur Blutstillung).
<b>Trinken</b>	Anregende Getränke meiden. Heute keinen Kaffee, schwarzen Tee, Alkohol.
<b>Essen</b>	Erst nach Wiederkehr des vollen Gefühls, frühestens nach zwei Stunden. Auf Milch- und Mehlspeisen möglichst verzichten. Scharf gewürzte und heiße Speisen, Salate und Beeren meiden.
<b>Rauchen</b>	In den nächsten 2-3 Tagen gar nicht!
<b>Anstrengung</b>	Vermeiden wegen der Gefahr einer Nachblutung durch erhöhten Blutdruck. Nicht bücken, nicht heben, keinen Sport.
<b>Autofahren</b>	Vermeiden wegen herabgesetzter Reaktionsfähigkeit für 2-3 Stunden.
<b>Kühlen</b>	Zur Verringerung der Schwellung in den ersten 2 Tagen ständig zu empfehlen (feucht-kalte Umschläge). In keinem Fall Wärme anwenden (Sonnenbad, Trockenhaube, etc.).
<b>Schmerzen</b>	Nach dem Abklingen der Betäubung ist mit einem Wundgefühl zu rechnen. Sie können dann eine Schmerztablette einnehmen. Es kann vorkommen, daß sich der Mund vorübergehend nicht mehr weit öffnen lässt oder Schluckbeschwerden auftreten.
<b>Temperatur</b>	Sollte die Körpertemperatur über 38,5°C steigen, ist dies ein Anzeichen für eine Wundinfektion und ein Grund, erneut den Zahnarzt aufzusuchen.
<b>Blutungen</b>	Können in geringem Umfang nach Zahnentfernungen vorkommen und sind in der Regel ungefährlich. Bei anhaltenden Blutungen sollten Sie für 30 Minuten fest auf ein zusammen gefaltetes Stofftaschentuch beißen. Dabei sollten Sie sich nicht flach hinlegen, sondern den Kopf möglichst hoch lagern (Blutdruck sinkt).
<b>Mundpflege</b>	Die Wunde selbst nicht reinigen, sonst normale Mundhygiene. Nach der Nahrungsaufnahme kurz mit lauwarmem Wasser ausspülen.

**Wir wünschen Ihnen gute Genesung!**

Ihr Praxisteam

Dr. Matthias Ziebold