

Verhaltensregeln nach Parodontitisbehandlung

- Allgemein** Keine körperlichen Anstrengungen – nicht bücken, nicht heben, kein Sport. Ruhen Sie sich aus und geben Sie Ihrem Körper Zeit und Kraft, zu heilen.
- Kühlen** Um die Schwellung zu verringern, kühlen Sie das Wundgebiet die ersten beiden Tage. Nach 15 Minuten Kälteeinwirkung 5 Minuten aussetzen, dann erneut kühlen. Keinesfalls Wärme anwenden, pralle Sonne meiden.
- Schmerzen** Nehmen Sie **direkt nach dem Eingriff die erste Schmerztablette** oder die ersten Schmerztropfen ein, damit diese bereits wirken, wenn die Betäubung nachlässt.
Ibuprofen: Alle 4 – 6 Stunden 400 mg Ibuprofen
- Essen** Essen Sie erst, wenn das volle Gefühl an der betäubten Stelle wiedergekehrt ist (Verletzungsgefahr). Meiden Sie scharfe, sehr harte oder klebrige Speisen sowie saures Obst und Milchprodukte. Am Eingriffstag **keine koffein- oder alkoholhaltigen Getränke**.
- Rauchen** **Verzichten Sie mindestens 3 Tage** – besser eine ganze Woche bis zur Nachkontrolle – **auf das Rauchen**. Denn durch Rauchen erhöht sich die Wundinfektionsrate um ein Vielfaches und das Parodontitisrisiko um das Achtfache.
Am besten: ganz aufhören ;-).
- Spülen** Am Eingriffstag nicht den Mund ausspülen, ausspucken oder an der Wunde saugen. Dies führt zu einer deutlich erhöhten **Nachblutungsgefahr**.
- Zahnpflege** Bitte **putzen Sie** im behandelten Kieferabschnitt **1 bis 2 Tage nicht die Zähne** und verwenden Sie in dieser Zeit auch keine Zahnseide oder Zahnzwischenraumbürste. Spülen Sie den Mund 3 x täglich für eine Minute mit dem verordneten Präparat.
- Kontrolltermin** Kommen Sie zum Kontrolltermin. **Die Nachsorge ist notwendig**. Beim Auftreten stärkerer Schmerzen oder Schwellungen setzen Sie sich bitte mit unserer Praxis in Verbindung.
- Nachsorge** Bedenken Sie, dass der **dauerhafte Erfolg** einer Parodontalbehandlung stark von Ihrer anschließenden **häuslichen Zahnpflege** und **regelmäßiger professioneller Zahnreinigung** / **unserem Nachsorgeprogramm UPT** abhängt. Letztere sollte anfänglich alle 3 Monate durchgeführt werden.