

► **ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΡΑΥΜΑΤΟΣ**

1. Δαγκώστε ελαφρά αλλά σταθερά, τη γάζα που έχει τοποθετηθεί για 45 λεπτά περίπου.
2. Απαγορεύεται το κάπνισμα οπωσδήποτε τουλάχιστον για 24 ώρες, γιατί αυτό θα προκαλέσει αιμορραγία και θα επηρεάσει την επούλωση του τραύματος.
3. Τοποθετείστε πάγο πάνω στην περιοχή της επέμβασης για 10 περίπου λεπτά, χωρίς να πιέζετε έντονα. Μετά αφαιρέστε τον για άλλα 10' και επαναλάβετε ομοίως στη συνέχεια.
4. Αποφύγετε τις ομιλίες, τη μάσηση (π.χ. τσίχλας), το δάγκωμα των χειλιών, μέχρι να παρέλθει η επίδραση του αναισθητικού φαρμάκου, προς αποφυγή ακούσιου τραυματισμού.

► **ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΑ**

1. Λίγο αίμα θα βγει από τη περιοχή της επέμβασης και αυτό είναι φυσιολογικό.
2. Μην φτύνετε, μη ξεπλένετε το στόμα συνεχώς και μην ενοχλείτε το τραύμα με τα δάχτυλα τη γλώσσα κτλ. και αποφύγετε την απομύζηση του σάλιου και της στοματικής κοιλότητας.
3. Μην χρησιμοποιείτε καλαμάκι για υγρές τροφές, γιατί έτσι προκαλείται αιμορραγία.
4. Αν υπάρξει αιμορραγία, δαγκώστε για 30 λεπτά μικρή αποστειρωμένη γάζα (όχι βαμβάκι).

► **ΔΥΣΦΟΡΙΑ-ΠΟΝΟΣ**

1. Η δυσφορία είναι φυσιολογική μετά την επέμβαση. Μπορεί να ελεγχθεί με τα παυσίπονα και τα αντιφλεγμονώδη φάρμακα, τα οποία έχουν χορηγηθεί από τον ιατρό, λίγο πριν περάσει η επίδραση της αναισθησίας. **ΜΗΝ ΠΑΙΡΝΕΤΕ ΑΣΠΙΡΙΝΗ.**

► **ΔΙΑΙΤΑ**

1. Αποφύγετε για σήμερα (24 ώρες) τα ζεστά φαγητά και ροφήματα, όπως και τα γαλακτοκομικά.
2. Προτιμήστε μαλακές τροφές (π.χ. πουρέ, ζυμαρικά, ψίχα ψωμιού, ρύζι, χλιαρή σούπα).
3. Μπορείτε να πιείτε άφθονα υγρά (π.χ. νερό, χυμούς φρούτων), αλλά καθόλου αλκοόλ.

► **ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ**

1. Μην κάνετε στοματοπλύσεις και μη βουρτσίζετε τα δόντια σας για σήμερα.
2. Από αύριο μπορείτε να ξεπλένετε το στόμα σας **3** φορές τη μέρα με **ειδικό αντισηπτικό στόματος** ή χλιαρό αλατόνερο, όπως και να βουρτσίσετε τα δόντια σας, χωρίς να όμως να ενοχλήσετε την περιοχή του τραύματος. Κατά τη διάρκεια της επούλωσης το στόμα πρέπει να είναι **σχολαστικά καθαρό**, ώστε να μην υπάρξει κάποια επιμόλυνση στο τραύμα.

► **ΟΙΔΗΜΑ (ΠΡΗΞΙΜΟ)**

1. Είναι μια φυσιολογική αντίδραση του οργανισμού. Φτάνει το μέγιστο 48 ώρες μετά την επέμβαση και συνήθως κρατάει 4 έως 6 ημέρες. Υποχωρεί με την τοποθέτηση του πάγου (τυλιγμένο σε μία πετσέτα) ανά τακτά χρονικά διαστήματα, **ΜΟΝΟ** κατά τις πρώτες ώρες.

► **ΞΕΚΟΥΡΑΣΗ**

1. Αποφύγετε την έντονη σωματική άσκηση και την έκθεση στον ήλιο για σήμερα.

► **ΤΡΙΣΜΟΣ (ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΔΙΑΝΟΙΞΗΣ ΤΟΥ ΣΤΟΜΑΤΟΣ)**

1. Είναι σε πολλές περιπτώσεις φυσιολογικός. Βελτιώνεται σε διάστημα 5 έως 10 ημερών.

► **ΡΑΜΜΑΤΑ**

1. Αν έχουν τοποθετηθεί ράμματα, θα πρέπει να αφαιρεθούν σε 7 έως 10 ημέρες.

► **ΑΝΤΙΒΙΩΣΗ** (ενημερώστε τον ιατρό σας για πιθανές αλλεργίες σε φάρμακα)

1. Παίρνετε αντιβίωση μόνο εάν δοθεί από τον ιατρό, **ΠΑΝΤΑ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΤΟΥ.** *(βεβαιωθείτε για την ακριβή ποσότητα και τον τρόπο λήψης των φαρμάκων)*

► **ΑΝ ΥΠΑΡΧΕΙ:** ▯ 1. Έντονος πόνος που δεν υποχωρεί με τα παυσίπονα

▯ 2. Αιμορραγία που δε σταματάει με το δάγκωμα της γάζας

▯ 3. Αυξημένο οίδημα μετά την 3η ημέρα από την επέμβαση

▯ 4. Πυρετός, εξάνθημα ή δύσπνοια

επικοινωνήστε με το ιατρείο στο **τηλέφωνο 24610 49066.**

**ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΤΕ ΜΕ ΚΑΘΕ ΑΚΡΙΒΕΙΑ ΤΙΣ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΟΔΗΓΙΕΣ**

