

Ohjeet hampaan poiston jälkeen

Tässä ohjeessa kerrotaan, mitä sinun pitää tehdä hampaan poiston jälkeen, jotta suu paranee hyvin.

Verenvuodon tyrehtyttäminen

Hammaslääkäri on laittanut hampaan poistokohtaan harsotaitoksen. Se auttaa veren hyytymistä ja nopeuttaa haavan paranemista.

- Pure harsotaitosta vähintään 30 minuuttia.
- Jos verenvuoto jatkuu, pese kädet, vaihda uusi harsotaitos ja pure taas 30 minuuttia.
- Toista, kunnes verenvuoto loppuu.

Syöminen

- Älä syö ennen kuin puudutus on loppunut. Tämä kestää yleensä 2–3 tuntia.
- Poistopäivänä syö vain viileää ja pehmeää ruokaa.
- Älä juo pillillä.

Suun hoito

- Älä purskuttele, syljeskele tai koske haavaan.
- Harjaa hampaat pehmeällä harjalla, mutta vältä haava-alueen harjaamista.

Vältä seuraavia asioita

- Älä tupakoi tai käytä alkoholia muutamaan päivään.
- Vältä raskasta liikuntaa muutaman päivän ajan.

Kipuun ja turvotukseen

On normaalia, että hampaan poiston jälkeen suussa on kipua, turvotusta ja mustelmia. Voit helpottaa oireita pitämällä kylmähaudetta poskella. Ota tarvittaessa tulehduskipulääkettä.

Soita ongelmatilanteissa

- arkisin klo 7–14, p. (09) 310 51 400
- iltaisin klo 14–21 ja viikonloppuna sekä pyhinä klo 8–21
p. (09) 471 71110
- yöllä klo 21–8 p. 116 117