

## **Verhaltensempfehlung nach einem operativen Eingriff**

### **Straßenverkehrstüchtigkeit:**

Die örtliche Betäubung kann mit einem verminderten Reaktionsvermögen einhergehen. Bleiben Sie so lange im Wartezimmer sitzen bis Sie sich bereit und wohl genug für den Heimweg fühlen. Auf Wunsch rufen wir Ihnen auch gerne ein Taxi. Verzichten Sie bitte zu Ihrer eigenen Sicherheit den gesamten OP-Tag auf das Führen eines Kraftfahrzeuges und das Ausführen ähnlicher Tätigkeiten, die eine hohe Konzentration erfordern (Arbeit auf einem Baugerüst/Bedienung einer Maschine).

### **Arbeitsunfähigkeit:**

Eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung kann nicht nachträglich ausgestellt werden. Sollte die Zeit der Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung nicht ausreichen, kann diese nach nochmaliger ärztlicher Untersuchung verlängert werden.

### **Essen und Trinken:**

Essen Sie erst wieder etwas, wenn die örtliche Betäubung deutlich nachgelassen hat, um mögliche Bisswunden oder Verbrühungen zu verhindern. Wenn Sie wieder etwas essen, kauen Sie nicht mit der behandelten Kieferseite.

Verzichten mindestens zwei bis vier Tage nach der Operation auf heiße, sehr kalte, scharfe und saure Lebensmittel. Auch Milchprodukte, Kuchen und Süßigkeiten sollten Sie in diesem Zeitraum nicht zu sich nehmen, um eine negative Beeinflussung der Heilung zu vermeiden. Zudem ist es sehr wichtig, mindestens bis zum oberflächlichen Wundverschluss – i.d.R. vier bis fünf Tage nach der OP – nicht zu rauchen und keinen Alkohol zu trinken, um den Heilungsprozess weder zu verlängern noch in irgendeiner Weise zu stören. Zu empfehlen wäre weiche, gekochte und nicht klebrige Nahrung, wie z.B. Suppe, pürierte Speisen, Gemüse, etc.

### **Blutung und Schwellung:**

Da ein operativer Eingriff in der Mundhöhle mit einer Wunde einhergeht, wird Ihr Speichel innerhalb der ersten drei bis vier Tage mit Blut vermischt sein. Das ist aber normal und sollte Sie nicht beunruhigen. In einigen Fällen, insbesondere nach der Einnahme von blutverdünnenden Medikamenten, kann am OP-Tag oder in der Nacht vermehrt Blut aus der Wunde austreten. In diesem Fall bitte die Wunde nicht mit der Zunge oder den Fingern berühren, sondern auf ein sauberes zusammengerolltes Stofftaschentuch oder auf einen aus Verbandsmull (Erste Hilfe Verbandskasten) geformten Tupfer beißen.

Schwellungen treten bei einem operativen Eingriff in der Mundhöhle häufig auf. Diese nehmen in den ersten drei Tagen nach dem Eingriff typischerweise zu und können das Öffnen des Mundes erschweren. Das ist aber normal und sollte Sie nicht beunruhigen. Um

diese Schwellungen aber dann schnellstmöglich zu reduzieren, sollten Sie bereits unmittelbar nach der Operation mit einer Kältebehandlung (umwickelter Eisbeutel/feuchter Wickel) beginnen und diese für ca. zwei bis drei Tage durchgehend bis auf in der Schlafenszeit fortsetzen. Achten Sie beim Kühlen darauf, spätestens alle 15 Minuten eine kleine Pause einzulegen, damit sich die Haut erholen kann. Auf keinen Fall sollten Sie sich absichtlich Wärme aussetzen (Sauna/Sonnenbad).

Vermeiden Sie sportliche Aktivitäten und schwere körperliche Arbeiten. Positionieren Sie Ihren Kopf beim Schlafen durch z.B. ein dickeres Kissen höher bzw. relativ aufrecht und vermeiden Sie unbedingt eine Flachlage.

### **Schmerzen:**

Nach einem operativen Eingriff ist in der Regel mit Schmerzen zu rechnen. Diese sind durch die verordneten oder von uns empfohlenen Schmerzmittel deutlich zu reduzieren. Die zeitliche Dauer der Schmerzen ist individuell unterschiedlich und kann durchaus aus eine Woche oder länger anhalten. Daher sollten Sie nicht beunruhigt sein, wenn Ihre Schmerzen nicht schon nach einigen Tagen vollständig nachgelassen haben. Vermeiden Sie möglichst Schmerzmittel mit blutverdünnender Wirkung, die z.B. durch den Wirkstoff Acetylsalicylsäure (ASS) hervorgerufen wird, da speziell diese eine Nachblutung fördern können. Medikamente, die wir Ihnen nicht verschrieben haben, sollten Sie nicht ohne Rücksprache gleichzeitig einnehmen.

### **Mundpflege:**

Eine gute und ausführliche Mundpflege spielt bei der Wundheilung eine wichtige Rolle. Wenn Sie etwas gegessen haben, tut es der Wunde durchaus gut, den Mund mit lauwarmem Wasser oder ungesüßtem Kamillentee nach jeder Mahlzeit auszuspülen. Ansonsten sollten Sie sich ab dem Abend des OP-Tages regelmäßig und gründlich die Zähne putzen, dabei jedoch darauf achten, nicht auf der Wunde zu scheuern. Auch das Spülen mit einer Mundspüllösung (Chlorhexamed) senkt das Risiko einer Wundinfektion. Dennoch sollten Sie mindestens die ersten 24 Stunden nach der OP auf Mundspülungen verzichten und diese dann auch nur morgens und abends verwenden, denn ständiges Spülen kann zu einer starken Reizung und somit zur verzögerten Wundheilung führen.

### **Nachsorgeuntersuchung:**

Nachsorgetermine sind unerlässlich und sehr wichtig, um mögliche unerwünschte Verläufe der Wundheilung frühzeitig zu erkennen, aber in erster Linie auch, um die Nähte zu entfernen. In der Regel erfolgt der Termin zur Nahtentfernung etwa 7-10 Tage nach dem operativen Eingriff.

**Für Rückfragen stehen wir Ihnen gern zur Verfügung!**