

Fogeltávolítás utáni teendők

Néhány egyszerű szabály betartásával lerövidíthetjük a sebgyógyulás időszakát és megakadályozhatjuk szövődmények kialakulását. A foghúzás utáni teendők nem túl bonyolultak, és mindössze néhány napig kell betartani a szabályokat. Fontos az is, hogy amennyiben a foghúzás utáni 24 vagy 48 órán belül még mindig erős fájdalmat érez, azonnal jelezze fogorvosának. A fájdalomnak többféle oka is lehet, ezt az okot mindenképpen fel kell tárni és mielőbb meg kell szüntetni, ehhez viszont fogorvosa segítsége szükséges.

Az alábbiakban néhány hasznos tudnivalót olvashat a foghúzás utáni teendőkről:

- **Amíg az érzéstelenítő hatása el nem múlik, semmiképpen ne egyen.** Félrenyelhet, felsértheti a fogínyt, vagy éppen azzal okozhat magának sérülést, hogy nem érzékeli az ételek hőfokát.
- Foghúzás után nagyon fontos, hogy a keletkező véralvadék minél tovább lezárja a sebet, megakadályozva ezzel egy súlyos fertőzés kialakulását. Ezért a **húzást követő 3 napban ne öblögtessen, ne szívogassa a húzás helyét, ne köpködjön!**
- Mivel a dohányzás lassítja a sebgyógyulást, **a foghúzást követő 3-4 napig ne gyújtson rá.** A nikotin erősszehúzódot vált ki, a vértessékhez kötődő szénmonoxid pedig csökkenti a szövetek oxigénellátását. Ez fertőzést és sebszétválást okoz.
- A foghúzás után legalább **3 napig kerülje a tejtermékek, különösen a nyers tej fogyasztását.** A fehérje kitűnő táptalajt biztosít a baktériumoknak, amelyek elszaporodva gyulladást okoznak.
- A seb teljes begyógyulásáig **ne fogyasszon apró magvas ételeket** (például mákot, szezámmagot stb.), mivel azok beférkőznek a nehezen tisztítható sebbe, és ott akár gyulladást is okozhatnak.
- A **foghúzás utáni napon a sebet már tisztíthatja**, de kizárólag **puha fogkefével.** A tisztítás legyen alapos, ám kíméletes, ügyeljen arra, hogy ne piszkálja ki fogkefével a sebet lezáró véralvadékat!
- Célszerű egy ideig **kerülni a hajolgatást**, illetve a súlyosabb terhek emelését. Ezek a seb szétnyílásához, vérzéshez, ezáltal fertőzéshez vezethetnek.
- Ha duzzanatot észlel a seb körül, kívülről (!) jegelje a területet. A jégakkut mindenképpen csavarja be puha textíliába. A fagyás elkerülése érdekében figyeljen oda, hogy 3-4 perc után távolítsa el a hűtést, majd körülbelül 10 perc után folytassa a jegelést.