Norme da seguire dopo un'estrazione dentaria

Con questo articolo desideriamo ricordarti le norme fondamentali da seguire dopo un'estrazione dentaria. Eccole punto per punto:

- **Segui strettamente le prescrizioni del dentista.**
- Applica la borsa del ghiaccio per 2 ore, alternando 5 minuti di applicazione a 5 minuti senza borsa del ghiaccio.
- Talora può insorgere una moderata emorragia: in tal caso piega una garza fino ad ottenere un tampone, bagnala con acqua tiepida e comprimila tra i denti per 10/20 minuti; ripeti eventualmente l'operazione.
Se l'emorragia persiste chiama il dentista.
- Evita lavori pesanti e movimenti bruschi eseguiti col busto e con il capo.
- Coricati prestando attenzione a mantenere la testa leggermente sollevata con un cuscino.

Le norme igieniche:

- Non bere e **non sciacquare** per almeno una o due ore dall'intervento.
- **Non bere alcolici e non fumare per almeno 48 ore.**
- Per le 12 ore successive all'intervento si consiglia una dieta liquida e fredda. Di seguito trovi delle indicazioni dettagliate per come alimentarti.
- Dopo ogni pasto sciacqua delicatamente con una soluzione a base di Clorexidina al 0,12% senza esercitare pressione con le guance.
- Il giorno seguente l'intervento, procedi all'igiene orale come al solito, evitando di spazzolare la zona dell'estrazione per almeno 4 giorni.
- Dopo quattro giorni, potrai iniziare a spazzolare delicatamente anche la zona dell'estrazione.

La comparsa di dolore e/o gonfiore, rientra nel normale decorso post-operatorio. Qualora tale sintomatologia dovesse protrarsi oltre il terzo giorno senza alcun miglioramento, e in ogni caso per qualsiasi necessità, contatta il nostro Centro.

Contatta il Centro anche nel caso di persistenza dell'anestesia oltre le 10 ore.

Come alimentarti:

- Il primo pasto dovrà essere morbido e freddo (gelati, budini, no yogurt, no liquidi, no particelle minute).
- Il pasto successivo dovrà essere morbido e tiepido. Evita cibi duri o caldi tipo crosta del pane, cracker o minestre.
- Dal giorno successivo, potrai assumere pasti normali avendo l'accortezza di evitare cibi speziati, caldi o duri per 4/5 giorni.

Non esitare a contattarci se hai dubbi o necessità, saremo felici di aiutarti.