

Young Smiles Family Dentistry

4310 Walnut Street, Philadelphia PA 19104. Tel no 215.307.3762 Fax no 267.687.1534
youngsmilesphilly@gmail.com www.youngsmilesphilly.com

拔牙后的患者注意事项

1. 手术后的 24 小时内不可动伤口，不要刷牙漱口或吐口水。放在伤口处的纱布保持咬紧状态 1 小时，1 小时以后可取下来，如果还有出血则换一块纱布继续咬紧一小时。两小时后可吃液体食物。
2. 保持手指和舌头远离拔牙处或手术区域。
3. 如果脸部有浮肿，可选择在手术区域（脸的一侧）使用冰袋冰敷，前 48 小时每次敷冰 10 分钟，休息 10 分钟。（注意：冷冻的豌豆袋效果很好。）
4. 如有痛感难忍，可每四到六小时服用一片泰诺（325 毫克）或 2 至 4 片布洛芬（200 毫克），除非您对其中任何一种药物过敏。（请告知牙医有关任何药物过敏情况。）
5. 多喝水。（不要使用吸管，这可能会扰乱手术部位。）
6. 我们建议您在手术后至少 5 天内不要吸烟。吸烟可能会分解血栓并导致感染。
7. 手术后至少 3-4 天内避免剧烈运动，不要进行锻炼。之后要小心：您的正常热量和流体摄入量已减少，所以您可能会感到头晕、眩晕或虚弱。
8. 如果下颌肌肉变得僵硬，可以在僵硬的地方用温暖湿热敷，有助于松弛这些肌肉。
9. 在术后第一天之后，建议您在第一周的餐后用温盐水漱口，以冲走可能卡在手术区域的食物颗粒和残渣。（在一杯温水中加入半茶匙盐）。
10. 您的饮食主要应以软、容易咽下的食物和凉爽的饮料为主（不要吃热食）。避免可能卡在牙齿中的任何东西，因此不要吃种子、坚果、米饭、爆米花或类似的食物。