

# 牙科手術術後說明 (DENTAL POSTOPERATIVE INSTRUCTIONS)

## 需做事項:

- 術後一小時內要咬住紗布。
- 在麻醉效力消失前，服用布洛芬（艾德維爾、摩特靈等）減輕疼痛和腫脹。
- 在 3 天內食用柔軟、有營養的食物，大量飲水，促進愈合過程。輕嚼食物，幫助保持下巴活動，但要小心。
- 按醫囑服用為您開具的所有抗生素藥物。
- 在愈合過程中維持良好的口腔衛生；每天兩次仔細刷牙和用牙線潔牙。

## 勿做事項:

- 不要在口腔仍有麻醉效力時咀嚼或飲用熱飲。
- 不要在術後 24 小時內使用吸管飲水。
- 不要在術後 72 小時內吸煙。吸煙可能導致幹槽症。
- 在至少 24 小時內不要過度刷手術的部位或用水強力沖洗。

## 預計反應:

- 手術的部位可能在 3 至 5 天內出現輕微不適和腫脹。這完全正常。
- 術後幾天可能出現間斷性出血或流血。輕咬濕紗包或茶包止血。不要咀嚼紗布或茶包。
- 在接下來幾天，很可能對溫度和壓力敏感，並出現牙齦酸痛。每天至少 3 次使用溫鹽水（1 茶匙鹽水加一杯溫水）輕輕沖洗口腔，減輕不適感和腫脹。漱口、沖洗再吐出，直到混合液體不見為止。
- 您可能會感覺到曾支撐牙齒的骨壁的尖利邊緣。在接下來的約一周左右，可能會脫落齒骨的小裂片。這完全正常。
- 如果您接受了縫合術，那麼在 4 至 6 天內，縫合線可能自己散開或脫落。不要挑起縫合線或用其他方式扯出縫合線。
- 如果您有疑慮，並且沒有穩步地癒合，請撥打 206-615-1835 聯繫我們。如遇到緊急情況，請撥打 9-1-1。

# **HƯỚNG DẪN CHĂM SÓC SAU KHI GIẢI PHẪU RĂNG** **(DENTAL POSTOPERATIVE INSTRUCTIONS)**

## **NHỮNG ĐIỀU NÊN LÀM:**

- **NÊN** cắn chặt miếng bông gòn trong một tiếng sau khi giải phẫu.
- **NÊN** uống thuốc có chất ibuprofen (Advil, Motrin, v.v.) để giảm đau và sưng trước khi thuốc tê không còn.
- **NÊN** ăn thức ăn mềm, nhiều chất dinh dưỡng và uống nhiều nước trong 3 ngày để giúp chóng hồi phục. Nhai thức ăn nhẹ nhàng để giữ cho hàm vẫn hoạt động, nhưng cần cẩn thận.
- **NÊN** uống hết thuốc trụ sinh được kê toa cho quý vị, theo như chỉ dẫn.
- **NÊN** giữ vệ sinh răng miệng đúng cách trong quá trình hồi phục; cẩn thận khi đánh răng và dùng floss hai lần mỗi ngày.

## **NHỮNG ĐIỀU KHÔNG NÊN LÀM:**

- **KHÔNG NÊN** nhai hoặc uống đồ nóng trong lúc miệng còn bị tê.
- **KHÔNG NÊN** uống bằng ống hút trong 24 tiếng sau khi giải phẫu.
- **KHÔNG NÊN** hút thuốc trong 72 tiếng sau khi giải phẫu. Hút thuốc có thể làm cho chân răng bị khô.
- **KHÔNG NÊN** chà răng mạnh ở chỗ giải phẫu hoặc súc miệng mạnh trong ít nhất là 24 tiếng.

## **CHỖ GIẢI PHẪU SẼ NHƯ THẾ NÀO:**

- Chỗ giải phẫu của quý vị có thể cảm thấy hơi khó chịu và bị sưng từ 3-5 ngày. Đây là điều hoàn toàn bình thường.
- Vài ngày sau khi giải phẫu tình trạng chỗ giải phẫu có thể vẫn còn ra máu hoặc chất nước. Hãy cắn nhẹ vào miếng bông gòn ẩm hoặc trà gói để ngăn chảy máu. Đừng nhai miếng bông gòn hay gói trà đó.
- Trong vài ngày kế tiếp quý vị có thể sẽ cảm thấy bị buốt do sự thay đổi nóng lạnh của thức ăn uống và lúc nhai cũng như bị đau ở nướu răng. Sự khó chịu và sưng có thể giảm bớt bằng cách súc miệng nhẹ nhàng bằng **nước muối ấm** (pha 1 muỗng cà phê muối vào một ly nước ấm) ít nhất mỗi ngày 3 lần. Súc miệng nhẹ, ngâm và nhổ ra cho đến khi hết ly nước muối.
- Quý vị có thể cảm thấy chỗ cạnh sắc của xương chân răng mà trước đó đã nâng đỡ cái răng. Có thể có những mảnh xương nhỏ rơi ra trong khoảng một tuần sau đó. Đây là điều hoàn toàn bình thường.
- Nếu quý vị đã được khâu chỗ giải phẫu, chỉ khâu sẽ tự tiêu hoặc rơi ra trong vòng 4-6 ngày. Đừng cậy hoặc tìm cách tháo chỉ khâu ra.
- Nếu quý vị có điều gì lo lắng hoặc vết thương của quý vị không lành lại nhanh chóng, xin liên lạc với chúng tôi ở số 206-615-1835. Nếu quý vị gặp phải tình huống khẩn cấp, hãy gọi số 9-1-1.