

# **የተጎዳ ጥርስ ማስወገድ ህክምና ድህረ-ክንውን መመሪያዎች** **(ROOT CANAL POSTOPERATIVE INSTRUCTIONS)**

## **ምን ማድረግ እንደሚገባ:-**

- ሁሉም የመደንዘዝ ስሜት ከመጥፋቱ በፊት ibuprofen (Advil፣ Motrin፣ ወዘተ) በመውሰድ ህመምን እና እብጠትን ይቀንሱ።
- የፈውስ ሂደቱን ለማገዝ ለስላሳ፣ አልሚ ምግቦችን ይመገቡ እና ብዙ ፈሰሽ ይጠጡ። መንጋጋዎን ንቁ አድርጎ ለማቆየት ምግቡን በቀስታ ያኝኩ።
- በመመሪያው መሰረት በሐኪም የታዘዙልዎትን የአንቲባዮቲክ መድኃኒቶችን ሁሉ ይውሰዱ።
- ተገቢውን የአፍ ንጽህናን ይጠብቁ፤ ጥርስዎን በቀን ሁለት ጊዜ ይበርሹ እና ፍሎስ ያድርጉ።

## **ምን ማድረግ እንደሌለብዎት:-**

- በአፍዎ ውስጥ ያለው የድንዛዜ ስሜት እስኪጠፋ ድረስ ምንም ነገር አይመገቡ። ይህ ጉንጭዎን ወይም ምላስዎን እንዳይነክሱ ይከላከላል።
- የታከመው ጥርስ እስኪያገግም ድረስ አያኝኩበት ወይም አይግመጡበት።

## **ምን እንደሚጠበቅ:-**

- ለተወሰኑ ቀናት በቦታው ትንሽ የመደደር ስሜት መሰማት የተለመደ ነው። በመንጋጋዎ ላይ ትንሽ የመደደር ስሜት ሊሰማዎትም ይችላል። እነዚህ ምልክቶች ጊዜያዊ ናቸው። በቀን ቢያንስ 3 ጊዜ **ጨው ባለው ሞቅ ባለ ውሃ** (1 የሻይ ማንኪያ ጨው በአንድ ኩባያ ሞቅ ባለ ውሃ) አፍዎን በቀስታ በማጠብ ምችት ማጣትን እና እብጠትን ይቀንሱ። ውህዱ እስኪያልቅ ድረስ ይገመግሙ፣ ይለቅለቁ እና ይትፉ።
- ለተወሰነ ጊዜ ጥርስዎ ከሌሎች ጥርሶችዎ ትንሽ የተለየ ስሜት ሊሰማው ይችላል።
- የተጎዳ ጥርስ የማከም ስራ ጥርስዎን ወደ ሙሉ ስራ ለመመለስ አንድ እርምጃ ብቻ ነው። ለረጅም-ጊዜ ስኬት የጥርስን ተገቢ የመጨረሻ ማገገም መከታተል ወሳኝ ነው።
- የጥርስ ማከም የተደረገለት ጥርስ ተገቢው ህክምና ከተደረገለት በኋላ እንደ ሌሎች የተፈጥሮ ጥርሶችዎ ሊቆይ ይችላል። ይሁን እንጂ፣ አልፎ አልፎ ጥርሱ ህመም ሊኖረው ወይም ከተሳካ ህክምና በኋላ ለወራት አልፎ ተርፎም ለዓመታት ህመም ሊኖረው ይችላል።
- ከጥቂት ቀናት በላይ የሚቆይ ከባድ ህመም ወይም ጫና ካለብዎ እና በፈውስ ላይ ቀጣይነት ያለው መሻሻል ካላባደ፣ እባክዎ 206-615-1835 ላይ ያነጋግሩን። ድንገተኛ ሁኔታ ካጋጠመዎት፣ 9-1-1 ላይ ይደውሉ።