

Verhaltenstipps vor und nach Eingriffen Vor der Behandlung unbedingt beachten

Manchmal ist es nicht zu vermeiden, dass der Zahnarzt einen Zahn entfernt oder einen kleinen operativen Eingriff in der Mundhöhle durchführen muss. Wer sich dabei an einige Grundregeln hält, hat den Eingriff am nächsten Tag vielleicht noch nicht ganz vergessen, aber doch so gut wie verkraftet. Da jeder Eingriff seine Besonderheiten hat, sollten Patienten unbedingt genau den individuellen Anweisungen ihres Zahnarztes folgen. Und dabei gilt: Lieber einmal mehr nachfragen, wenn Dinge nicht ganz klar sind!

1. Erkrankungen und Medikamente

Schon im Vorfeld des Eingriffs ist es wichtig, mit dem Zahnarzt über eventuelle Erkrankungen zu sprechen. Er sollte zum Beispiel auf jeden Fall über Herz- und Kreislaufkrankheiten, über Diabetes, Medikamenten-Unverträglichkeiten und die Einnahme von Medikamenten wie Blutverdünnungsmitteln (beispielweise Marcumar, ASS) Bescheid wissen. Bei Unsicherheiten setzt sich der Zahnarzt direkt mit dem behandelnden Arzt in Verbindung. Wer einen Herz- oder Allergiepass besitzt, legt diesen dem Zahnarzt am besten vor, damit er die entsprechenden Medikamente für den Eingriff auswählen kann. Bei erhöhtem Endokarditis-Risiko (Herzmuskelentzündung) ist es manchmal notwendig, vor der Behandlung ein Antibiotikum einzunehmen. Der Zahnarzt informiert vor dem Eingriff auch darüber, ob und wie lange mit der Einnahme bestimmter Medikamente, wie z. B. blutverdünnende Mittel, pausiert werden soll und wann diese wieder eingenommen werden können.

2. Schmerzmittel und Ernährung

Vor einer Zahnentfernung gilt in jedem Fall: Es dürfen keine Schmerzmittel zur Vorbeugung eingenommen werden. Denn das kann zu Komplikationen beim Eingriff oder bei der Wundheilung führen. Auch koffeinhaltige Getränke wie Cola und Kaffee sind vor einem Eingriff tabu. Patienten sollten auf ein gutes Frühstück allerdings nicht verzichten. Leicht verdauliche Kost ist in diesem Fall besonders empfehlenswert. Auf dem Weg zum Arzt heißt es dann: möglichst große Hektik und starke körperliche Belastungen vermeiden, da sie zu erhöhten Blutungen beim Eingriff führen können.

Nach der Behandlung unbedingt beachten

Die Zeit unmittelbar nach dem chirurgischen Eingriff durch den Zahnarzt, aber auch die nächsten Tage, sind für die ungestörte Heilung der Wunde im Mund besonders wichtig. Damit die Wundheilung möglichst schnell und gut verläuft, gibt es hier ein paar Tipps. Und kommt es doch einmal zu Komplikationen, ist der Zahnarzt natürlich der erste Ansprechpartner. Auch in diese Fall gilt: Lieber einmal mehr nachfragen, Außerdem sollten Patienten nach einem Eingriff nicht selbst mit dem Auto oder einem anderen Fahrzeug fahren.

1. Blutung stillen

In der Regel wird die Wunde im Mund mit einem eingelegten Tupfer, der sogenannten Tamponade, versorgt. Um die Blutung zu stillen, sollte man ungefähr eine halbe Stunde darauf beißen. Hat die Blutung danach noch nicht aufgehört, gilt es, noch eine weitere halbe Stunde Druck auf die Wunde auszuüben – entweder mit einem neuen Tupfer (Mull) oder mit einem sauberen, zusammengerollten und angefeuchteten Stofftaschentuch. Im Liegen bitte immer den Kopf hochlagern! Eine Schwellung und Wundschmerz nach dem Eingriff sind normal und unbedenklich, solange kein hohes Fieber (über 38,5 Grad) oder Schluckbeschwerden auftreten. Bei stärkeren Nachblutungen oder ungewöhnlich heftigen Schmerzen, auch wenn diese erst nach ein bis zwei Tagen auftreten, sollte auf jeden Fall der Zahnarzt kontaktiert werden. Wichtig ist es, keine Schmerzmittel einzunehmen, die Acetylsalicylsäure enthalten (ASS, Aspirin), weil sie blutverdünnend wirken. Andere Schmerztabletten können Patienten unter Berücksichtigung etwaiger Unverträglichkeiten und nach Rücksprache mit dem Zahnarzt natürlich jederzeit nehmen.

2. Kühlen

Nach dem Eingriff sollte die betroffene Mundpartie gekühlt werden. Dadurch werden die Gefäße verengt, der Druck und die Schwellung vermindert. Zu beachten ist dabei: Gekühlt wird am besten mit kalten feuchten Umschlägen oder einem kleinen Kühlkissen, nicht mit Eis! Dann heißt es abwechselnd zehn Minuten kühlen und zehn Minuten pausieren und das über zwei bis drei Stunden. Im Einzelfall kann auch eine längere Kühlung sinnvoll sein. Wann das gut ist, entscheidet der Zahnarzt. Auf jeden Fall sollten Patienten in den ersten Tagen nach einem Eingriff Wärme – etwa direkte Sonneneinstrahlung – meiden.

3. Kreislauf nicht anregen

Um den Blutdruck nicht weiter zu erhöhen, sollten Patienten in den ersten 24 Stunden nach dem Eingriff keinen Alkohol, keinen Kaffee sowie keinen schwarzen Tee zu sich nehmen und nicht rauchen. Auch Sport und andere größere körperliche Anstrengungen sind für zwei bis drei Tage tabu. Weniges Sprechen fördert zudem die

Wundheilung. In der Nacht hilft es, den Kopf möglichst hoch zu lagern, etwa mithilfe eines zusätzlichen Kopfkissens.

4. Essen und Trinken

Solange die Betäubung noch wirkt, sollte man auf Essen und heiße Getränke verzichten. Denn unter Betäubung ist es schnell passiert und man beißt sich auf die Wange oder Lippe oder verbrennt sich – und das ohne es zu merken. Zudem ist es sinnvoll, die ersten drei Tage nur weiche, nicht zu heiße Kost zu sich zu nehmen, um die Wundheilung nicht zu beeinträchtigen und eventuell vorhandene Wundnähte nicht zu gefährden.

5. Mundhygiene und Spülungen

Nach dem Eingriff darf der Mund nicht umspült werden, damit es nicht zu Nachblutungen kommt. Mundspülungen (eventuell mit Mundwasser) können frühestens nach zwei Tagen wieder verwendet werden. In den ersten 24 Stunden darf zudem der Wundbereich gar nicht gereinigt werden. Danach kann der Bereich wieder sehr vorsichtig mit einer weichen Zahnbürste geputzt werden – ohne das Zahnfleisch zu berühren. Zähne, die nicht unmittelbar an die Wunde angrenzen, können weiterhin gründlich und wie gewohnt geputzt werden.

6. Nachsorgetermin beachten

Sollte die Wunde nach dem Eingriff genäht worden sein, werden die Fäden in der Regel nach etwa acht Tagen entfernt. Wichtig ist es, diesen Termin auf jeden Fall wahrzunehmen. Denn wenn die Fäden zu lange in der Wunde bleiben, können sie festwachsen und sich infizieren.