



Ratschläge und Hinweise nach der Operation

Essen und Trinken

Bitte nicht Essen und Trinken, solange die Betäubung wirkt.
Während die Betäubung noch wirksam ist, können Sie sich beim Kauen auf Wange und Zunge beißen und sich selbst Schaden zufügen, ohne dass Sie sich dessen bewusst werden oder merken.
Bitte essen Sie die ersten drei Tage nur weiche Kost (Nudeln al dente!), damit die Naht nicht aufreißt bzw. sich keine Speisereste in die Wunde setzen.

Rauchen, Kaffee, Tee, Alkohol

Bitte trinken Sie am Tag nach der Operation keinen Alkohol, Kaffee oder schwarzen Tee.
Für das Rauchen gilt entsprechendes.
Alle oben genannten Stoffe sind Zellgifte und stören die Wundheilung erheblich.

Kühlen

Den operierten Bereich sollten Sie so oft wie möglich mit kurzen Unterbrechungen von außen mit feuchtkalten Umschlägen kühlen.
Keine Wärme!
Bis zum dritten Tag nach der Operation nimmt die Schwellung zu. Um diese Anschwellung zu reduzieren, sollten Sie den operierten Bereich kühlen

Körperliche Schonung

Schonen Sie sich bis zum dritten postoperativen Tag und treiben Sie für eine Woche keinen Sport.
Durch körperliche Anstrengungen steigt Ihr Blutdruck und es kann zu Nachblutungen kommen. Außerdem kann die Schwellung in unnötiger Weise (wieder) zunehmen.

Zähneputzen

Betreiben Sie sorgfältige Mundhygiene; jedoch sollten Sie den operierten Bereich auslassen.

Mundspülungen

Bitte unterlassen Sie zu häufiges und zu kräftiges Spülen.
Jede Spüllösung, egal ob klares Wasser oder Chlorhexamed hemmt die Bindegewebszellen in Ihrem Wachstum. Wenn Sie ständig spülen, verzögert sich die Heilung. Wenn Sie zu kräftig spülen, kann es passieren, dass Sie sich die Blutgerinnsel wegspülen, die sich im Zuge der Wundheilung bereits gebildet hatten. In der Folge kann z.B. Knochen freiliegen (was sehr schmerzhaft ist und die weitere Heilung stark verzögert), oder es kommt zu Nachblutungen.

Nachblutungen

Wenn es nachblutet, sollten Sie einen Tupfer (oder ein sauberes Stofftaschentuch) auf die Wunde legen und zusammenbeißen.
Beißen Sie bitte circa 60 Minuten auf den Tupfer und kühlen Sie die Region von außen. Danach entfernen Sie den Tupfer aus dem Mund und prüfen, ob die Blutung schon aufgehört hat; wenn nicht, wiederholen Sie den Vorgang. Sollte es nach 2 Stunden immer noch nicht aufgehört haben zu bluten, setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung und suchen Sie die Praxis auf.
Übrigens sind die meisten Blutungen harmlos. Ein Tropfen Blut gemischt mit Speichel erscheint wie ein Mund voll Blut. Es handelt sich nur dann um eine bedenkliche Nachblutung, wenn sich Ihr Mund trotz der Kompression mit dem Tupfer innerhalb von Sekunden komplett mit Blut füllt, oder Sie ständig Blut schlucken müssen, obwohl Sie fest auf den Tupfer beißen. In diesem Fall sollten Sie schnellstmöglich in die Praxis kommen.

Fäden

Wenn genäht wurde, müssen nach circa einer Woche die Fäden entfernt werden.
Bitte vereinbaren Sie (wenn nicht schon geschehen) dazu einen Termin in der Praxis.

Komplikationen

In den folgenden Fällen sollten Sie uns umgehend benachrichtigen:
Anhaltende Nachblutungen
So starke Schwellung, dass jeder Schluckakt stark schmerzt (wie nach einer Mandeloperation)
So starke Schwellung, dass Sie Schwierigkeiten mit dem Luftholen haben
So starker Wundschmerz, dass die empfohlenen Schmerzmittel nicht anschlagen
Hohes Fieber
Feuerroter Ausschlag am ganzen Körper

All diese Komplikationen kommen sehr selten vor.

Das Praxisteam der Praxisklinik Rechts am Rhein wünscht Ihnen gute Besserung.