

۱. رعایت بهداشت دهان و دندان، از تجمع باکتری ها و میکروب در دهان جلوگیری میکند و مانع از ایجاد عفونت در محل دندان کشیده شده میشود لذا شستشوی دهان با آب و نمک در طول روز، مخصوصا بعد از غذا بسیار مهم است

۲. در دوران نقاهت پس از کشیدن دندان، رعایت داشتن یک رژیم غذای مناسب بسیار حائز اهمیت است. از این رو به شما توصیه میکنیم تا در این دوران از خوردن غذاهای سفت و غذاهایی که منجر به تحریک زخم لثة میشوند خودداری کنید.

۳. توصیه میشود تا به مدت 72 ساعت پس از کشیدن هر دندانی، از مصرف دخانیات و سیگار خودداری کنید. سیگار و الکل با تحریک لثة در محل دندان کشیده شده، میتواند منجر به ایجاد عفونت و خونریزی آن شود و روند بهبودی را آهسته کند.

۴. توصیه میشود حداقل به مدت 48 الی 72 ساعت پس از کشیدن دندان از مصرف قهوه خودداری کنید. قهوه به علت داشتن کافئین، ضربان قلب را بالا برده و منجر به افزایش فشار خون میشود که نتیجه آن ممکن است منجر به ایجاد خونریزی در محل کشیدن دندان شود.

۵. هرگونه فعالیت سنگین بعد از کشیدن دندان منجر به افزایش جریان خون میشود. افزایش جریان خون با تاثیر مستقیم بر روی محل درمان، میتواند منجر به التهاب و خونریزی آن شود.

۶. نی با ایجاد فشار منفی درون دهان، میتواند منجر به خونریزی در محل دندان کشیده شده شود. از این رو توصیه میشود تا زمان بهبود کامل محل کشیدن دندان از نوشیدن هرگونه آشامیدنی با نی پرهیز کنید.

با تشکر

مجموعه دندانپزشکی Dent Home دکتر دودانی