

مراقبت بعد از کشیدن دندان

کشیدن دندان برای برخی از افراد میتواند تجربه ای نه چنان خوب باشد اما شما میتوانید با رعایت نکاتی روند درمان و بهبودی را تسریع کرده و از عوارض آن در امان بمانید. در این مقاله از مهراز کارت به روش های مراقبت بعد از کشیدن دندان میپردازیم.

با تهیه **بیمه دندانپزشکی** میتوانید **هزینه دندانپزشکی** درمانی و زیبایی خود را تا ۵۰٪ کاهش دهید...

موارد مهمی که در این مقاله میخوانید:

>>>> [چرا مراقبت بعد از کشیدن دندان مهم است؟](#)

>>>> [مراقبت بعد از کشیدن دندان چگونه است؟](#)

>>>> [چه زمانی بعد از کشیدن دندان باید با دندانپزشک تماس گرفت؟](#)

چرا مراقبت بعد از کشیدن دندان مهم است؟

- تسهیل روند بهبودی: شما با رعایت یکسری نکات مهم بعد از کشیدن دندان میتوانید روند بهبودی را تسریع ببخشید. زیرا با مراقبت درست لخته خونی که در محل دندان کشیده شده تشکیل شده است محکم شده و موجب بهبودی میشود.
- جلوگیری از عفونت: در صورتی که شما به خوبی مراقبت کنید و حواستان به بهداشت دهان و دندانتان باشد و داروهای تجویز شده را طبق دستورات پزشک مصرف کنید میتوانید عفونت را به حداقل برسانید.
- کاهش درد و تورم: با استفاده از کمپرس سرد و مصرف داروهای ضد درد، می‌توانید درد و تورم بعد از کشیدن دندان را کاهش دهید.

کشیدن دندان و جراحی دندان های خود را با ۵۰٪ کاهش هزینه به پزشکان متخصص و با تجربه مهراز کارت بسپارید...

مراقبت بعد از کشیدن دندان چگونه است؟

۱. مراقبت از زخم

- پس از کشیدن دندان: ناحیه‌ای که دندان در آن قرار داشت ممکن است خونریزی کند. برای کنترل خونریزی، باید: گاز استریل: گاز استریل را روی زخم گذاشته و به آرامی فشار دهید. این کار را برای حدود ۳۰ دقیقه ادامه دهید.
- اجتناب از مکش: از مکیدن یا قورت دادن شدید آب و غذا در ناحیه زخم پرهیز کنید تا محل زخم بیشتر باز نشود.

۲. مدیریت درد

همانطور که میدانید درد پس از کشیدن دندان طبیعی است. اما برای کاهش درد میتوانید:

- داروهای مسکن: از داروهای تجویزی پزشک و یا می‌توانید از داروهای مسکن معمولی مثل ایبوپروفن یا استامینوفن استفاده کنید. اما حتما قبل از مصرف هر دارویی، با دندانپزشک خود مشورت کنید.
- کمپرس سرد: قرار دادن کمپرس سرد بر روی صورت در ناحیه آسیب‌دیده می‌تواند به کاهش ورم و درد کمک کند.

۳. تغذیه مناسب

پس از کشیدن دندان، نوع غذایی که می‌خورید بسیار در روند بهبودی تاثیرگذار است:

- غذاهای نرم: در روزهای اول پس از کشیدن دندان، غذاهای نرم مانند پوره سیبزمینی، سوپ، ژله و... را مصرف کنید.

- اجتناب از غذاهای داغ و تند: این نوع غذاها می‌توانند به زخم آسیب بزنند.

۴. حفظ بهداشت دهان

هر چند که ممکن است از مسواک زدن در ناحیه‌ای که دندان کشیده شده است بپرهیزید، اما مراقبت از بهداشت دهان بسیار مهم است و برای بهبودی و کاهش عفونت باید آن را رعایت کنید:

- مسواک زدن ملایم: پس از ۲۴ ساعت، می‌توانید به آرامی دندان‌های دیگر را مسواک بزنید.
- شست‌وشوی دهان: پس از ۲۴ ساعت، می‌توانید با محلول آب و نمک داغ (یک قاشق چای‌خوری نمک در یک لیوان آب گرم) دهان خود را شست‌وشو دهید.

۵. رعایت نکات بهداشتی

- اجتناب از دخانیات: در چند روز اول پس از کشیدن دندان، از کشیدن سیگار یا قلیان بپرهیزید، زیرا می‌تواند به زخم آسیب بزند و خطر عفونت را افزایش دهد.
- استراحت کافی: بدن شما نیاز به استراحت دارد تا بتواند بهبودی سریع‌تری داشته باشد.

۶. مشاوره با دندان‌پزشک

اگر با عوارضی همچون خونریزی شدید، تب یا درد شدید مواجه شدید، حتماً به دندان‌پزشک خود مراجعه کنید.

چه زمانی بعد از کشیدن دندان باید با دندانپزشک تماس گرفت؟

- خونریزی شدید و مداوم: اگر خونریزی بیش از چند ساعت ادامه یافت و نتوانستید آن را با گاز استریل کنترل کنید، باید با دندانپزشک تماس بگیرید.
- درد شدید و مداوم: اگر درد با مصرف مسکن‌های تجویزی تسکین نیافت و شدت آن افزایش پیدا کرد، نیاز به مراجعه به دندانپزشک است.
- تورم شدید: اگر تورم صورت به گونه‌ای باشد که باز کردن دهان و یا بلعیدن را دچار مشکل کند، باید با دندانپزشک تماس بگیرید.
- تب بالا: اگر تب بیش از ۳۸ درجه سانتی‌گراد داشتید، به خصوص اگر با لرز همراه باشد، باید به دندانپزشک مراجعه کنید.
- ترشح چرک: اگر از محل کشیدن دندان، چرک یا مایع بدبو خارج شد، حتماً باید به دندانپزشک مراجعه کنید.
- مشکل در تنفس: اگر احساس تنگی نفس یا مشکل در تنفس داشتید، باید فوراً به پزشک مراجعه کنید.
- بی‌حسی طولانی مدت: اگر بی‌حسی لب‌ها، زبان یا گونه‌ها بیش از چند ساعت ادامه داشت، باید با دندانپزشک تماس بگیرید.
- بوی بد دهان: اگر بوی بد دهان به طور مداوم وجود داشت و با مسواک زدن نیز برطرف نشد، باید به دندانپزشک مراجعه کنید.
- تغییر رنگ یا طعم مایعات: اگر مایعاتی که می‌نوشید طعم یا رنگ متفاوتی پیدا کردند، باید با دندانپزشک تماس بگیرید.

توجه: این لیست کامل نیست و ممکن است علائم دیگری نیز وجود داشته باشد که نیاز به مراجعه به دندانپزشک داشته باشد. اگر در مورد هرگونه علائم غیرعادی نگران هستید، بهتر است با دندانپزشک خود تماس بگیرید.

نتیجه‌گیری

کشیدن دندان ممکن است ناخوشایند باشد، اما با رعایت نکات فوق می‌توانید بهبودی را سریع‌تر کرده و عوارض جانبی را کاهش دهید. به یاد داشته باشید که سلامت دهان و دندان شما اهمیت زیادی دارد و توجه به آن می‌تواند به شما کمک کند تا از مشکلات بعدی جلوگیری کنید. اگر سوال یا نگرانی خاصی دارید، همیشه با دندان‌پزشک خود مشورت کنید.

سوالات متداول درباره کشیدن دندان

۱. بعد از کشیدن دندان چه باید کرد تا زودتر بهبود پیدا کنم؟

برای تسریع بهبودی، از کمپرس یخ، مصرف داروهای تجویزی، استراحت کافی و رعایت رژیم غذایی نرم استفاده کنید.

۲. چرا بعد از کشیدن دندان باید از نی استفاده نکنیم؟

استفاده از نی باعث ایجاد فشار منفی در دهان شده و لخته خون را از محل کشیدن دندان جدا می‌کند که ممکن است باعث خونریزی مجدد شود.

۳. آیا بعد از کشیدن دندان می‌توانیم دهان خود را بشوییم؟

تا چند ساعت بعد از کشیدن دندان از دهانشویه استفاده نکنید. برای تمیز کردن دهان، از آب نمک ولرم استفاده کنید.

۴. چه غذاهایی را بعد از کشیدن دندان می‌توانیم بخوریم؟

بعد از کشیدن دندان، غذاهای نرم و خنک مانند سوپ، ماست، پوره سیبزمینی و بستنی مصرف کنید.

۵. آیا بعد از کشیدن دندان می‌توانیم سیگار بکشیم؟

سیگار کشیدن روند بهبودی را کند کرده و خطر عفونت را افزایش می‌دهد. حداقل تا یک هفته از سیگار کشیدن خودداری کنید.

۶. چه زمانی باید به دندانپزشک مراجعه کنیم؟

اگر خونریزی بیش از حد، درد شدید، تورم زیاد، تب یا بوی بد دهان داشتید، حتماً به دندانپزشک مراجعه کنید.

۷. آیا بعد از کشیدن دندان می‌توانیم ورزش کنیم؟

تا چند روز بعد از کشیدن دندان از فعالیت‌های سنگین خودداری کنید. ورزش‌های سبک مانند پیاده‌روی بعد از چند روز بلامانع است.

کارت تخفیف دندانپزشکی

شما با داشتن کارت تخفیف دندانپزشکی مهراز می‌توانید کاهش هزینه ۵۰ درصدی تمامی خدمات متنوع درمانی و زیبایی دندان را برای داشتن لیخدی زیباتر و سلامت بیشتر دهان و دندان خود استفاده نمایید. با تهیه کارت تخفیف دندانپزشکی، می‌توانید به راحتی فهرستی از دندانپزشکان متخصص را در اختیار داشته و بهترین گزینه را برای خود انتخاب کنید.

بیمه تکمیلی دندانپزشکی

شما با تهیه بیمه تکمیلی دندانپزشکی مهراز مشمول برخورداری از ۵۰ درصد کاهش هزینه خدمات درمانی و زیبایی دندانپزشکی شده و می‌توانید از تمامی خدمات دندانپزشکی با هر هزینه‌ای بدون سقف و محدودیت در سراسر کشور بهره بگیرید. در صورتی که سایر بیمه‌نامه‌ها دارای سقف استفاده از خدمات به صورت سالانه هستند. از اصلی‌ترین مزایای داشتن بیمه تکمیلی دندانپزشکی مهراز این است که می‌توانید با اطمینان بیشتری در مورد پوشش هزینه‌های ناگهانی و گزاف دندانپزشکی خود دست یابید.

بیمه دندانپزشکی برای ایمپلنت

با در نظر داشتن هزینه های بسیار بالای ایمپلنت دندان، داشتن بیمه دندانپزشکی برای ایمپلنت که بتواند درصد قابل توجهی از هزینه های بالقوه و مرتبط با آن را پوشش دهد قطعاً بسیار کمک کننده خواهد بود. شما با داشتن این بیمه میتوانید به بهترین متخصصان ایمپلنت دسترسی داشته باشید و از خدمات با کاهش هزینه ۳۰ درصدی مهراز کارت برای ایمپلنت و همچنین سایر خدمات با کاهش هزینه ۵۰٪ بهره مند شوید.

منابع: الهام گرفته از مجموعه مقالات بین المللی ISI درباره کشیدن دندان

