

Hampaan poiston jälkeen

Välittömästi poiston jälkeen **pidä sideharsotaitosta poistokuopan päällä vähintään 30 min.**

Vältä poiston jälkeen syömistä, juomista ja suun huuhtomista noin kahden tunnin ajan (tai niin kauan kuin puudutus kestää), jotta poistohaavaan muodostuisi suojaava verihyytymä.

Älä imeskele haavaa ja vältä tupakointia. Jos heikottaa, voit nauttia kylmää mehua.

Vältä poistopäivänä fyysistä rasitusta, saunomista sekä kuumia ruokia ja juomia. Nämä saattavat aiheuttaa jälkivuotoja. Vältä poistopäivänä myös suun purskuttelua, jotta verihyytymä ei irtoa kuopasta.

Älä kosketele poistoaluetta esim. kielellä, sormella tai nenäliinalla. Älä työnnä poistokuoppaan myöskään lääkkeitä (mm. pulveria tai tabletteja).

Mahdolliseen jälkisärkyyn käytä hammaslääkärin määräämää lääkettä tai apteekin käsikaupasta saatavaa särkylääkettä, joka ei sisällä asetyylisalisyylihappoa (vuotoriski).

Hampaasi voit harjata normaaliin tapaan vasta noin viikon kuluttua toimenpiteestä. Siihen saakka varo harjatessasi poistoaluetta. Puhdista suu aterioiden jälkeen huuhtelemalla vedellä tai vichyvedellä. Käytä viikon ajan apteekista saatavaa desinfioivaa suuhuuhdetta (kloorheksidiini) kaksi kertaa päivässä. Aloita huuhteen käyttö poiston jälkeisenä päivänä.

Jos haavassa esiintyy jatkuvaa verenvuotoa, toimi seuraavasti:

- Taittele puhtain käsin 1-2 sideharsotaitoksesta kiinteä sykerö, aseta se haavan kohdalle ja pure leuat tiukasti yhteen 30–60 minuutin ajaksi.
- Istu puoli-istuvassa asennossa.
- Älä vaihda sykeröä, ellei vuoto ole erittäin runsasta.
- Voit tehdä kylmähauteen laittamalla jääpaloja esimerkiksi muovipussiin, jonka ympärille laitat ohuen pyyhkeen. Paina pyyhkeen sisällä oleva jääpalapussi poskellesi sille kohdalle, jossa poistokuoppa sijaitsee. Lievä verenvuoto tyrehtyy usein näillä keinoilla.

Jos verenvuoto omahoidosta huolimatta jatkuu tai esiintyy hankalaa jälkisärkyä, kuumeilua tai muita lisäoireita, ota yhteys oman alueesi suun terveydenhuollon palvelunumeroon.

- Jyväskylä, Hankasalmi, Uurainen p. 014 266 0126
- Jämsä, p. 014 336 5500
- Laukaa, Keuruu ja Joutsa alueet p. 014 269 0333
- Muurame, Korpilahti p. 014 266 2743
- Saarijärvi p. 014 266 3060
- Viitasaari ja Pihtipudas p. 014 266 3040
- Äänekoski p. 014 266 3010

Arkisin klo 16 jälkeen, viikonloppuisin ja pyhinä, ota yhteys päivystysavun puhelinneuvontaan p. 116 117.