

Efter operation i fuld bedøvelse

Du er blevet opereret i mund eller kæbe i fuld bedøvelse.

I forbindelse med operationen er du indlagt, og vi forventer, du bliver udskrevet fra Opvågningen senere samme dag og kan tage hjem senest kl. 17.

Efter operationen anbefaler vi, at du følger denne vejledning, så operationen lykkes bedst muligt.

SÅDAN GØR DU

Undgå større fysisk anstrengelse

Blodkarrene skal have ro til at lukke sig og danne en prop af blod, så helingen kan begynde. Undgå derfor større fysisk anstrengelse, som kan belaste blodkarrene, i de første timer efter operationen.

Undlad at røre ved såret

Du må ikke røre ved såret med hverken tunge, fingre, lommetørklæde eller lignende. Undgå også at suge i såret.

Hold god mundhygiejne

Når du er nyopereret i munden, er det vigtigt, at du holder munden så ren som muligt, så der ikke opstår betændelse.

I den første tid efter operationen vil du være hævet og øm i munden, og derfor vil tandbørstning og mundpleje tage ekstra lang tid i denne periode. Men allerede første dag efter operationen skal du i gang med at børste tænder og skylle med klorhexidin 3 gange dagligt. Når munden er ren og du har en frisk smage i munden bidrager det til, at du føler dig bedre tilpas og soigneret.

Hvis du er indlagt, kan du få hjælp og vejledning til at komme hurtigt i gang. Du kan ikke skade noget ved at børste tænderne, når du blot holder dig til tandrækken og ikke børster på tandkødet. Bliv ikke

forskrækket, hvis det bløder lidt fra din mund de første par dage, når du børster tænder.

Brug tandbørste og klorhexidin

Dagen efter operationen skal du begynde at børste tænder og skylle munden sådan her:

- Børst tænder mindst 3 gange om dagen **uden brug af tandpasta**. (Tandpasta gør klorhexidin inaktiv.)
- Brug hver gang en lille børnetandbørste. Hold børsten under den varme hane, så den bliver ekstra blød. Hvis du har apparatur på i form af togskiner eller lignende, skal du være ekstra omhyggelig med at børste tænder. Brug eventuelt en solotandbørste til at rengøre langs tandkødsranden og omkring apparaturet.
- Stå foran et spejl, og sørg for at have et godt arbejdslys.
- Sæt en pegefinger ind i mundvigen for at få bedre oversigt over tandrækken.
- Børst på tandrækken – lav dit eget system, så du er sikker på at komme omkring alle tænderne. Husk at børste bagsiden af tænderne også. Det er vigtigt, at du får fjernet alle belægninger på tænderne, da belægninger er bakterier.
- Efter hver tandbørstning skal du skylle munden med 1 spiseskefuld klorhexidin mundskyllevæske 0,1 %. **Skyl i 1 minut.**
- Vent derefter 1 time, før du spiser eller drikker, så klorhexidinen får tid til at rense munden for bakterier.
- Fortsæt med at skylle med klorhexidin, indtil trådene i såret er fjernet eller opløst efter cirka 1-2 uger.

Hvis du har behov for at børste tænder med tandpasta, skal du vente 1-2 timer efter, at du har skyllet munden i klorhexidin. Tandpasta gør klorhexidin inaktiv, og du må derfor ikke bruge tandpasta lige efter mundskylningen.

Spis alsidig og næringsrig kost i tiden efter

Vent med at spise, indtil bedøvelsen er helt væk. Spring ingen måltider over, og spis en alsidig og næringsrig kost for at understøtte helingsprocessen og imødegå vægttab.

Det afhænger af din operation, hvordan du skal spise i tiden efter. Her er individuelle retningslinjer:

Knoglegenopbygning:

- Spis kold/lunken mad på operationsdagen.
- Spis blød og næringsrig kost de første 2-3 dage.
- Undgå at belaste det område, der er berørt, i 4-6 uger. Hvis knoglen er meget tynd, skal du spise blød kost i 4-6 uger.

Implantat:

- Spis kold/lunken mad på operationsdagen
- Undgå at belaste det område, der er berørt.
- Spis blød kost i 4-6 uger, medmindre du kun har fået indsat ét implantat.

Tandkirurgi/cystefjernelse/indsættelse af forlængerskrue/fjernelse af plader og skruer/brækket kindben:

- Spis kold/lunken mad på operationsdagen.
- Spis blød og næringsrig kost de første 2-3 dage.
- Herefter kost efter behov.

Brud i midtlinjen i underkæben:

- Spis kold/lunken mad på operationsdagen.
- Spis blød og næringsrig kost i 2-3 dage, hvis bruddet ikke er gennemgående.
- Spis blød og næringsrig kost i 4-6 uger, hvis den tandbærende del er involveret.

Undlad at ryge

Du bør ikke ryge i de første dage efter operationen – som minimum bør du indskrænke forbrug af tobak. Rygning gør det vanskeligere for såret at hele.

Tag smertestillende ved behov

Når bedøvelsen er væk, vil du muligvis mærke ømhed eller lettere smerter. For at lindre dette, kan du tage almindelige smertestillende tabletter, fx Panodil eller lignende. Hvis du får uudholdelige smerter, skal du kontakte os i Kæbekirurgisk Afdeling eller din egen tandlæge.

Hvis du har behov for stærkere smertestillende midler, som kræver recept, får du recepten udleveret fra Kæbekirurgisk Afdeling i forbindelse med operationen.

Forvent hævelse i et par dage

Hævelse efter operationen er en normal reaktion. For at begrænse hævelsen kan du det første døgn nedkøle operationssåret med en ispakning. Læg isterninger i en plastikpose, rul denne ind i et fugtet håndklæde eller viskestykke, og hold det i kontakt med huden over operationsstedet i 5-10 minutter ad gangen. Hævelsen vil som regel tiltage i løbet af de første 2-3 døgn og derefter aftage. Tiltager hævelsen efter 3. døgn, bør du kontakte os eller din tandlæge.

Forvent blødning – men behandl den

Den første dag efter operationen kan der sive blod ud fra såret. Det er helt normalt. Du kan behandle kraftig blødning således:

- Tør forsigtigt blodet af såret med en ren gaze-tampon eller et rent lommetørklæde.
- Tag en anden gazetampon, og læg den over såret.
- Bid sammen, så gazetamponen trykker på sårkanterne.
- Hold derefter munden lukket i ½ time.

Proceduren kan gentages et par gange. Hvis du er i tvivl, eller i tilfælde af langvarig blødning, skal du kontakte os, din egen tandlæge eller Lægevagten.



KONTROL

Vi aftaler med dig, om du skal komme til kontrol hos os. I så fald modtager du en indkaldelse til kontrollen i Digital Post.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



Kontakt

Kæbekirurgisk Afdeling

Tlf. 97 66 27 95

Telefontid:

Mandag – fredag kl. 09.00 – 14.00

Sygeplejerske (telefonkonsultation)

Tlf. 97 66 28 01

Mandag – fredag 12.30 – 14.00