

Die Wundheilung gezielt fördern

Schneller fit nach der Zahn-OP

Wie Sie im Anschluss einer Behandlung mögliche Beschwerden rasch lindern und Komplikationen vorbeugen können



DR. JULIA THOME
ist Zahnärztin im Kölner Carree Dental



Eine dicke Wange ist oft ein dentales Warnsignal. Dahinter stecken in vielen Fällen Karies, Schleimhaut-Verletzungen oder Zahnwurzel-Entzündungen. Aber auch nach der Zahn-OP ist eine geschwollene Wange nicht selten. „Das Gewebe ist überlastet und schwillt an“, erläutert Dr. Julia Thome, Zahnärztin im Kölner Carree Dental. „Sehr oft geschieht dies nach der Entfernung von Weisheitszähnen.“ In der Regel hilft das kurzzeitige Auflegen von Kühlkompressen oder Eiswürfeln (nicht direkt auf die Haut, sondern in ein Tuch legen). „Die Schwellung sollte sich jedoch nach wenigen Tagen zurückbilden“, sagt sie. „Anderenfalls bitte den Zahnarzt aufsuchen, damit mögliche Infektionen behandelt werden

können.“ Zahnmedizinischer Rat sollte auch bei starken Schmerzen oder Fieber umgehend eingeholt werden.

Vorsicht bei Schmerzmitteln

Klingt die Betäubung ab, so sind neben den Schwellungen auch Schmerzen möglich. Deshalb wird in der Regel für die ersten 48 Stunden nach der Zahnentfernung ein schmerzstillendes Medikament empfohlen. „Doch Acetylsalicylsäure oder andere Schmerzmittel sollten nur in Absprache mit dem Zahnarzt

genommen werden, da diese die Blutgerinnung beeinflussen können“, so Dr. Thome.

Um Verletzungen der Weichgewebe auszuschließen, sollten nach einer OP Koffein, Alkohol und heiße Getränke gemieden werden. Ebenfalls tabu: „Nikotin, denn dadurch kann die Wundheilung sehr negativ beeinflusst werden“, betont die Zahnmedizinerin. „Das Zahnfleisch wird schlechter durchblutet. Die Heilungsprozesse im Mundraum verlangsamen sich.“

Die richtigen Getränke wählen

„Generell können Ingwer, Kamille oder beispielsweise Salbei dank ihrer ätherischen Öle bei Schwellungen, Zahnfleischentzündungen (Gingivitis) und Blutungen in Form von Tees und

Mundspülungen desinfizierend wirken, Beschwerden lindern und das Zahnfleisch kräftigen“, betont Dr. Thome. Anders sieht es jedoch nach einer Zahn-OP aus. Da Mundspülungen auch den ersten Wundbelag, der die Wundheilung fördert, abtragen können, sollte darauf für anderthalb Wochen verzichtet werden. Stattdessen empfiehlt die Zahnärztin 1,5 bis zwei Liter stilles Wasser oder Kräutertee zu trinken. Vorteilhaft ist zudem weiche Nahrung.

Sich eine kleine Auszeit gönnen

Wer kann, sollte sich zumindest am Tag der OP eine Auszeit gönnen. „Grundsätzlich empfehle ich insbesondere älteren oder kranken Patienten, sich nach der Zahn-OP mindestens drei Tage lang zu schonen“, sagt Dr. Thome.



ENTZÜNDUNGEN VERMEIDEN

Bei Zahnentfernungen kann es zu Nachblutungen, Infektionen und Wundheilungsstörungen kommen. Entzündete Wundränder und starke Schmerzen sind typische Symptome. Halten diese auch noch am Folgetag an, sollte der Zahnarzt konsultiert werden. Wichtig bei der Zahnpflege: „Am besten eine weiche Bürste verwenden und für einige Tage den Bereich der Wunde bei der Mundhygiene aussparen“, rät Dr. Thome.