



## PRAXIS OSTERLOH

Dieter Osterloh

Facharzt für  
Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie  
Franziskusstraße 4  
49393 Lohne  
Tel: 04442/80175-0  
Fax: 04442/80175-20  
e-mailinfo@mkg-osterloh.de

# Verhaltensempfehlungen nach einem Eingriff in der Mundhöhle

Diese Empfehlungen senken die Rate an unerwünschten Nachwirkungen wie z.B. Nachblutungen, Schmerzen und Infektionen.

**Vor dem Eingriff:** Bitte frühstücken sie vor dem Eingriff soweit sie nicht in tiefem Dämmer Schlaf oder in Narkose operiert werden. Der Narkosearzt wird Sie in diesem Fall informieren.

Bitte am Operationstag und während der Wundheilung **nicht Rauchen**.

**Sport:** Bitte vermeiden sie körperliche Anstrengungen und das Heben von schweren Gewichten. Sport bis zum Ende der Wundheilung.

**Wärme:** Wärme wirkt sich ungünstig auf den Heilverlauf aus und kann zu Schmerzen führen. Deshalb meiden Sie die **Sonne** und sehen Sie von **Saunabesuchen ab**.

**Kälte:** Der Mund- / Wangenbereich sollte nach dem Eingriff leicht gekühlt werden z.B. mit feuchten Umschlägen, die im Eiswasser immer wieder nachgekühlt werden, oder mit Kühlakku, die in ein Handtuch gewickelt werden. Ein starkes, ständiges Unterkühlen ist zu vermeiden. Besonders das Lutschen von Eis ist gefährlich, das dies die Wunde direkt schädigt.

**Ernährung:** Nach Eingriffen im Mund ist eine frische Wunde vorhanden, die es vor unnötiger Belastung zu schützen gilt. Es besteht die Gefahr des frühzeitigen Aufreißen der Wunde bei zu früher mechanischer Beanspruchung.

Speziell bei Eingriffen im Bereich des Kieferwinkels, z.B. **Weisheitszahnentfernung**, besteht eine mechanische Schwächung des Kiefers, sodass es sogar möglich ist einen Bruch zu provozieren. Deshalb sollte die Nahrung in den ersten Tagen flüssig bis breiig sein. Nach der Nahtentfernung, die in der Regel nach 1 Woche stattfindet, kann die Ernährung für die folgenden 2 Wochen auf weiche Kost umgestellt werden.

Zusätzlich sollte am Operationstag auf den Genuss von **Kaffee, Alkohol und Tee** verzichtet werden.

**Mundhygiene:** Das Zähneputzen sollte wie gewohnt schon am Abend nach dem Eingriff stattfinden. Im behandelten Gebiet sollten nur die sichtbaren Zahnflächen vorsichtig gereinigt werden. Im Bereich des Zahnfleisches und der Schleimhaut bitte keine Putzaktionen durchführen.

Starkes Umspülen und eine Munddusche können eine Nachblutung provozieren und sollten deshalb unterbleiben.

Als **antiseptische Spülungen** empfehle ich Ihnen Chlorhexidin aus der Apotheke oder Kamillen- oder Salbeitee. Die Einwirkzeit sollte 30 Sekunden 3 x täglich betragen.

**Kieferhöhle:** Sollte bei Ihnen ein Eingriff an der Kieferhöhle durchgeführt worden sein oder diese eröffnet worden sein, besteht Schnetzverbot für 4 Wochen. Die Nähte würden andernfalls dem Luftdruck nicht standhalten und ausreißen. Dies würde den Mundhöhlenkeimen den Weg frei machen und eine sehr unangenehme Kieferhöhlenentzündung verursachen.

Deshalb: Beim Niesen bitte den Druck durch den offenen Mund entweichen lassen. Sollte die Nase laufen, bitte nur mit einem Taschentuch das Sekret aufnehmen.

**Schwellung und Schmerzen:** Eine leichte, weiche Schwellung ist nach dem Eingriff eine normale Reaktion des Gewebes. Diese kann in den ersten drei Tagen zunehmen und sollte dann langsam über einen Zeitraum von 1 Woche wieder zurückgehen.  
Ebenso können leichte Schmerzen auftreten, die sich durch die Einnahme der empfohlenen Schmerzmittel unterdrücken lassen.

**Tipps zur Schwellungsprophylaxe:**

- Arnica D3 Globuli jeweils 6 Stück 2x vor dem Eingriff und dann stündlich nach dem Eingriff. Ab dem 1. Tag nach dem Eingriff, dann 4 – 6 x täglich die gleiche Menge für 4 Tage.
- Traumeel® Tropfen 3x20 pro Tag. Die Einnahme sollte mit 1x 20 Tropfen vor dem Eingriff begonnen werden.
- Bromelainpräparate (Wirkstoff der Ananas) nach Einnahmeprospekt des Herstellers

**Bitte nur eins dieser Präparate auswählen.**

!!! Sollte die Schwellung nach dem dritten Tag nach Operation nicht zurückgehen, oder die Schmerzen nicht mit den empfohlenen Medikamenten beherrschbar sein, könnte dies durch eine bakterielle Entzündung oder gar eine Eiterherdbildung, ein sogenannter Abszess, verursacht sein. Bei Eingriffen im Mund ist auch eine **stark erschwerte Mundöffnung** ein Hinweis auf eine Entzündung. Bitte stellen Sie sich dann zur Kontrolle in meiner Praxis umgehend wieder vor !!!

**Nachblutung:** Sollte eine Nachblutung auftreten, die nicht nach einigen Minuten aufhört, sollten Sie für 15 Minuten oder länger auf einen Tupfer oder ein sauberes Tuch Aufbeißen.

- Den Aufbißtupfer, der Ihnen nach dem Eingriff auf die Wunde gelegt wurde, können Sie nach 30 Minuten wieder entfernen. -

**Medikamente:** Ihre Medikamente sollten Sie wie verordnet weiternehmen. Eine **Ausnahme** bilden Gerinnungshemmer, wie z.B. Marcumar, ASS, Clopidogrel u.ä. Diese sollten Sie so einnehmen, wie wir es im Vorfeld des Eingriffs besprochen haben.

**Schmerzmittel:** Schmerzmittel sollten Sie einnehmen, sobald Sie merken, dass sich der Schmerz aufbaut, besonders wenn die Wirkung der örtlichen Betäubung nachlässt. So werden Sie in der Summe weniger nehmen müssen, als wenn Sie den Schmerz aufkommen lassen.  
Bitte keine Schmerzmittel verwenden, in denen der Wirkstoff **Acetylsalicylsäure** enthalten ist. Dies ist der Wirkstoff von bekannten Marken wie Aspirin®, Thomapyrin® oder Dolomo tn®, das, wie Sie vielleicht wissen, eine Gerinnungshemmung bewirkt. Dieser Wirkstoff könnte also bei Ihnen eine **Nachblutung** auslösen.  
Empfehlenswerte Wirkstoffe sind Ibuprofen oder Paracetamol.

---

!!! **Wie bereits auf dem Anamnesebogen (Ausfüllung bei Ihrer Erstvorstellung) vermerkt, ist es nicht erlaubt, nach einem chirurgischen Eingriff am Straßenverkehr teil zu nehmen !!!**

---

**Bei akuten Komplikationen außerhalb unserer Öffnungszeiten fahren Sie bitte zum St. Franziskus Hospital Lohne und melden sich an der Pforte.  
Ich werde von dort aus informiert und treffe mich umgehend mit Ihnen vor Ort .**

Das Team der MKG-Praxis Osterloh wünscht Ihnen eine gute Genesung.