



chăm sóc miệng của quý vị sau khi được nhổ răng

Quý vị cần chăm sóc miệng của mình sau mỗi cuộc điều trị lớn, như nhổ răng. Hãy tuân theo các hướng dẫn này để giúp miệng quý vị lành lại.

Nhổ răng là gì?

Nhổ răng là khi một chuyên viên nha khoa nhổ bỏ một hoặc nhiều chiếc răng của quý vị. Quý vị sẽ được cho dùng thuốc gây tê để làm tê chỗ này trước khi chiếc răng được nhổ bỏ.

Điều gì xảy ra sau cuộc nhổ răng của tôi?

Quý vị có thể gặp phải tình trạng hơi khó chịu sau khi hết dần thuốc gây tê. Do bị chảy máu chút ít trong miệng, nước bọt của quý vị có thể có màu hồng trong một hay hai ngày sau đó. Đừng nhổ nước bọt bởi việc này có thể khiến bị chảy máu nhiều hơn.

Thuốc gây tê có thể khiến quý vị cảm thấy mệt mỏi. Hãy đảm bảo là quý vị nghỉ ngơi nhiều sau cuộc điều trị của quý vị.

Nướu răng và má của quý vị sẽ cho cảm giác sưng bởi cơ thể của quý vị bắt đầu lành lại và quý vị có thể gặp phải tình trạng đau nhức chút ít. Tình trạng này sẽ bắt đầu giảm bớt sau khoảng bốn ngày.

Tôi nên làm gì nếu miệng của tôi bắt đầu chảy máu?

Một miếng gạc được đặt trong miệng quý vị trong suốt quá trình điều trị của quý vị. Cắn xuống miếng gạc đó chừng nào chuyên viên nha khoa của quý vị khuyên quý vị còn cần nó. Họ cũng sẽ cho quý vị thêm chút gạc phòng khi bị chảy máu sau đó.

Nếu hốc nơi chiếc răng đã bị nhổ bắt đầu chảy máu sau khi quý vị đã rời bệnh viện, hãy cuộn một chút gạc thành một cuộn tròn rồi đặt nó vào chỗ trống nơi lúc trước có chiếc răng này. Cắn xuống cuộn gạc này trong khoảng 30 phút đồng hồ.

Hãy nhớ là:

- ▶ Trong ít nhất 12 giờ đồng hồ, đừng hút, nhổ nước bọt, súc miệng hay cho các ngón tay vào trong miệng
- ▶ Tránh đồ uống nóng và đồ ăn cứng trong 24 giờ đồng hồ
- ▶ Tránh rượu bia và hút thuốc lá
- ▶ Tránh hoạt động mạnh trong ít nhất 24 giờ đồng hồ
- ▶ Tránh dùng aspirin trừ khi thông thường vẫn được bác sĩ của quý vị kê toa cho dùng.

Tôi đau nhiều. Tôi nên làm gì?

- ▶ Nếu quý vị bị đau nhiều, hãy dùng các thuốc giảm đau không phải là aspirin.
- ▶ Đồ ăn lạnh như da-ua và kem cũng có thể có tác dụng phần nào làm dịu tình trạng đau.

Tôi có thể chăm sóc miệng thế nào sau khi được điều trị?

- ▶ Trong vài ngày đầu sau khi được nhổ răng, hãy cố ăn các đồ ăn dễ nhai như pasta, khoai tây nghiền, sữa trứng hay súp.
- ▶ Ăn ở bên kia của miệng để tránh phần đau của miệng.
- ▶ Súc miệng nhẹ nhàng bằng nước muối khoảng 24 giờ đồng hồ sau cuộc điều trị của quý vị và sau các bữa ăn, trong khoảng một tuần lễ.



dental health
services victoria
oral health for better health



Hãy gọi số **(03) 9341 1000** để biết thêm thông tin HOẶC



truy cập trang mạng **www.dhsv.org.au** để tìm phòng khám cộng đồng gần quý vị nhất