

## **Etter kirurgiske inngrep i munnhulen.**

Ikke spis, drikk eller skyl de første 3 timene etter operasjonen.

Det er nyttig å kjenne til normale reaksjoner etter et kirurgisk inngrep i munnhulen.

### **Blødning**

Det er ikke uvanlig at det blør litt det første døgnet etter operasjonen. Ikke skyl med vann, men sørg for kompresjon (trykk) mot såret, f.eks. ved å bite fast sammen i 10-15 minutter på en kompress eller et sammenrullet rent papir plassert over såret.

### **Blåmerke/hematom**

Etter operasjonen kan det, spesielt hos eldre og hos de som benytter blodfortynnende medikamenter, oppstå blåmerker i ansiktet eller på hake-/halsregionen. Dette er ikke farlig, og forsvinner uten behandling etter en ukes tid.

### **Smerter**

Det vil vanligvis oppstå smerter etter operasjonen. De er sterkest i det virkningen av bedøvelsen opphører, og de første timene deretter. Bruk de smertestillende preparatene du har fått anbefalt av tannlegen og følg doseringen som angitt på resepten.

### **Hevelse**

Det er normalt at det oppstår hevelse i både munnen og i ansiktet. Hevelsen når toppen etter ca. 2 døgn, for så å avta gradvis. Du kan benytte ispakning mot den delen av ansiktet hvor hevelsen oppstår. Benytt ispakningen i 15 minutter etterfulgt av 15 minutters opphold. Dette gjentas noen ganger. Ispakning skal **kun** brukes på operasjonsdagen, **ikke** dagen etter.

(Ispakning: legg isbiter i en plastpose, knyt tett sammen, legg et fuktig håndkle rundt.)

### **Redusert gapeevne**

Etter noen operasjoner oppstår en grad av stivhet i kjevemusklene som gjør at du ikke kan gape så høyt som vanlig. Dette er en normal reaksjon, og trenger vanligvis ingen form for behandling. Gapeevnen normaliseres som regel etter 1 til 2 uker. Oppsøk tannklinikken dersom du synes det går for lang tid før du kan gape som normalt.

### **Feber**

Det første døgnet etter en operasjonen kan kroppstemperaturen være litt høyere enn normalt. Dersom temperaturen stiger ytterligere det påfølgende døgnet, kontakt tannlegen.

### **Spising**

Det vil være visse vanskeligheter med tygging av vanlig kost etter en operasjon. Det er viktig for en rask og god tilheling at kroppen tilføres næring. De første 2 dagene etter inngrepet bør du spise bløt/myk kost og drikke rikelig.

### **Alkohol**

Vær forsiktig med alkohol det første døgnet etter operasjonen.

### **Røyking**

Røyking anbefales ikke på operasjonsdagen.

### **Munnhygiene**

God tilheling krever god munnhygiene. Børst tennene så godt du kan, men unngå selve såret og evt. stingene. Desinfiserende munnskyll brukes som avtalt med tannlegen.

### **Kroppsanstrengelser**

Unngå tungt arbeid og stor fysisk aktivitet de første dagene etter operasjonen, bruk sunn fornuft.