

## FORHOLDSREGLER ETTER OPERASJON I MUNNHULEN

### **Kost.**

- Ikke spise, drikke eller skylle munnen de første 2 timene etter operasjonen, unntaket er smertestillende tabletter som kan svelges med vann.
- Unngå røyking og snus det første døgnet.
- Ved gape og/eller tyggeproblemer, spis myk/moset mat de første dagene.

### **Smerter.**

- Ta smertestillende som anbefalt. Den første smertestillende tablett bør taes i god tid før bedøvelsen går ut. **OBS:** Pinex/Paralgin Forte tabletter er trafikkfarlige.

### **Munnhygiene.**

- Puss tenner som vanlig, men unngå tannbørsting i operasjonsområdet den første uken.
- Bruk bakteriedrepende munnskyllemiddel morgen og kveld i en uke etter operasjonen. Vi anbefaler **Corsodyl** eller **Paroex**, som kjøpes reseptfritt på apoteket. Bruk helst Zendium/Sensodyne tannkrem når du bruker munnskyllemiddelet. Disse har ikke såpestoffer som motvirker effekten av dette.

Ikke skylle etter hvert måltid, såret må få fred til å gro.

### **Anstrengelse.**

- Unngå sterk fysisk aktivitet de første dagene etter en operasjon.

### **Blødning.**

- Såret kan lett blø det første døgnet, særlig når bedøvelsen går ut. Plagsom blødning kan stanses ved å bite på en kompress, eller et sammenrullet tøyestykke på operasjonsstedet i ca. 15-30 minutter.

### **Hevelser/blåmerker**

- Hevelse etter operasjon er vanlig, og når gjerne sitt maksimum etter 2-3 dager. Hevelsen forsvinner vanligvis etter ca. en uke.
- Blåmerker kan noen ganger oppstå etter operasjoner. Dette er ufarlig, og vil forsvinne av seg selv.

### **Gapeproblemer.**

- De første dagene kan det oppstå en viss stivhet i tyggemuskulaturen, dette kan medføre at det blir vanskeligere å gape. Dette forsvinner vanligvis uten noen form for behandling.

Dersom ikke annet er opplyst vil stingene løse seg opp i løpet av noen uker, og forsvinne.

Ved eventuelle problemer etter operasjon, ta kontakt på:

Kjevekirurgisk poliklinikk (dagtid): **55972850**

Kjevekirurgisk sengepost utenom dagtid: **55973501/55973517**

Tannlegevakten i Bergen kan også kontaktes. **55568717**