牙周手術後注意事項

■ 一般術後注意事項及照護:

- 請依照醫囑按時間服用藥物，多休息。若有開立抗生素，即使症狀消失，也要持續服用完成整個療程(通常為期一週)。消炎止痛藥，可以於三天後視症狀遞減。
- 如果有放紗布，請咬緊紗布，10 分鐘後自行取出。在 24 小時內，口水略帶鹹味血色是正常的，請避免用力吐出，盡量將口水吞下，不必驚慌。另外雖然機率不高，但若繼續滲血，請將紗布沾濕並用手指按壓出血處，深呼吸自我調適放鬆心情有助血壓下降，通常能在20 分鐘內止血。若血塊太多可以先輕輕口含著水讓它流出一次，切記勿用力漱口，避免血塊溶解剝落造成再次出血。
- 手術後 2-4 天傷口較腫脹，應在第 5 天開始緩解，請於前 2-3 天採用冰敷，後可改熱敷（每敷 15 分鐘，休息 15 分鐘）。若有顏面瘀青勿緊張，將逐漸緩解。
- 通常會約1-3 周後回診追蹤拆線。如有縫線，刷牙時請遠離該區域，其餘區域正常刷牙，但切記勿用力漱口。另外也禁用舌頭玩縫線，吸吮傷口或用手指觸碰傷口及拉臉頰，將會影響傷口癒合。
- 麻藥完全退除後再進食，免嘴唇或嘴巴咬傷，盡量以流質或較軟的食物為主（豆漿、牛奶、稀飯、豆花等）。食物切忌太燙、太辣、太硬、太刺激的食物。
- 三餐飯後輕輕使用漱口水（10cc即足夠，切記勿用力漱），三天後使用頻率可以減少慢慢轉成鹽水(一杯水一匙食鹽)。保持越良好的清潔，癒合狀況越好。
- 一週內請勿游泳、強烈搖晃頭部、做劇烈運動（跑步、重訓、跳繩等）。
- 四週內避免吸煙，以免干擾傷口癒合並影響治療效果。兩週後飲食也須均衡，注意各種養分及修復元素。建議可吃維他命 D3 及 Omega-3 魚油等。

■ 其他處置附加須知:

- 鎮靜麻醉Sedation：24 小時內應避免駕駛或從事任何需要警覺的事務。
- 牙周敷料 Periodontal Dressing：將放置在手術區域提供保護並減少不適感。該材料會在 4 小時內完全硬化並保持穩定，但仍應避免咀嚼及刷牙時受到太大的力。若部分慢慢脫落勿驚慌，請勿嘗試用力拉出，如果真的整塊鬆脫可輕輕取出。
- 牙齦移植手術 Gum Grafting Surgery：勿在手術部位刷牙。牙齦移植手術對該區域的拉扯極為敏感，可能會導致移植失敗。請勿用手指或舌頭碰觸手術區域，或是拉起嘴唇或臉頰來查看該區域。
- 鼻竇手術 Sinus Surgery：兩週內不可擤鼻涕，若需打噴嚏時請張開嘴巴以釋放壓力。勿使用吸管。三週內應避免游泳。鼻子流出少量液體是正常的。因氣壓可能會導致鼻竇膜穿孔並引發其他手術併發症，故至少 2-4 週內應避免搭乘飛機。
- 植牙手術 Implant Surgery:若有金屬帽鬆動(約 3-5 毫米高)，那並非您的植體，請不必驚慌，請盡快聯繫我們安排預約。傷口處若有冒出植體，3-4週後可以用棉花棒或牙刷輕輕清潔，3個月內請勿於該處咬硬物。

■ 若發生以下情形請聯繫醫師或直接至醫院急診處理:

- 出血過多且難以控制，嚴重呼吸困難。
- 感染跡象，包括：膿液流出、嚴重腫脹、發紅或發熱持續與擴散。
- 出現對藥物的過敏反應，導致全身皮疹、過度瘙癢或腹瀉。

諮詢電話：(02)27372181 分機3211-4
制訂單位/制(修)定日期：牙周病科/1150305
PFS-3900-012

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主
以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮