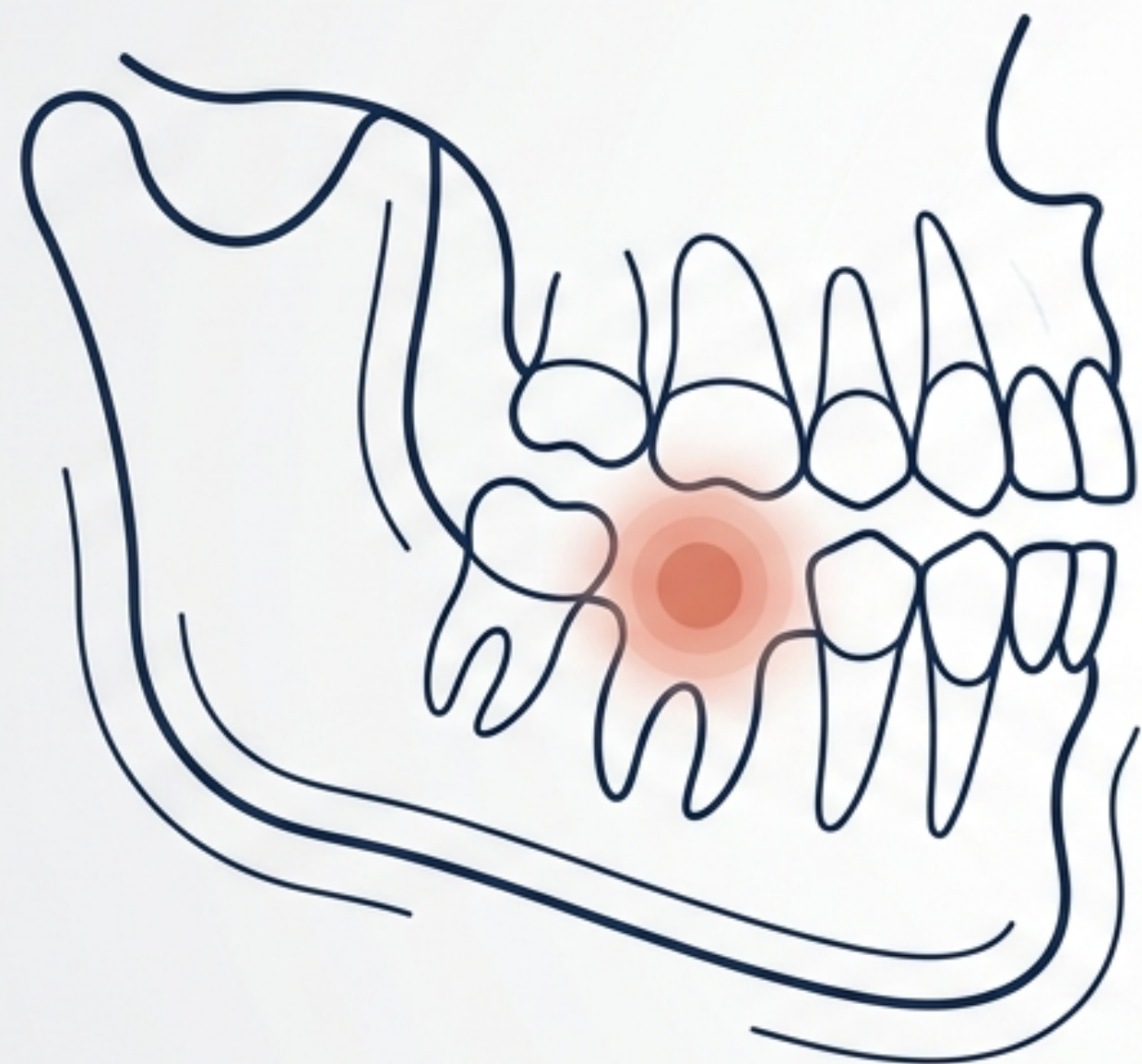




# راهنمای جامع مراقبت‌های پس از کشیدن دندان

نقشه راه شما برای التیام سریع، بدون درد و ایمن

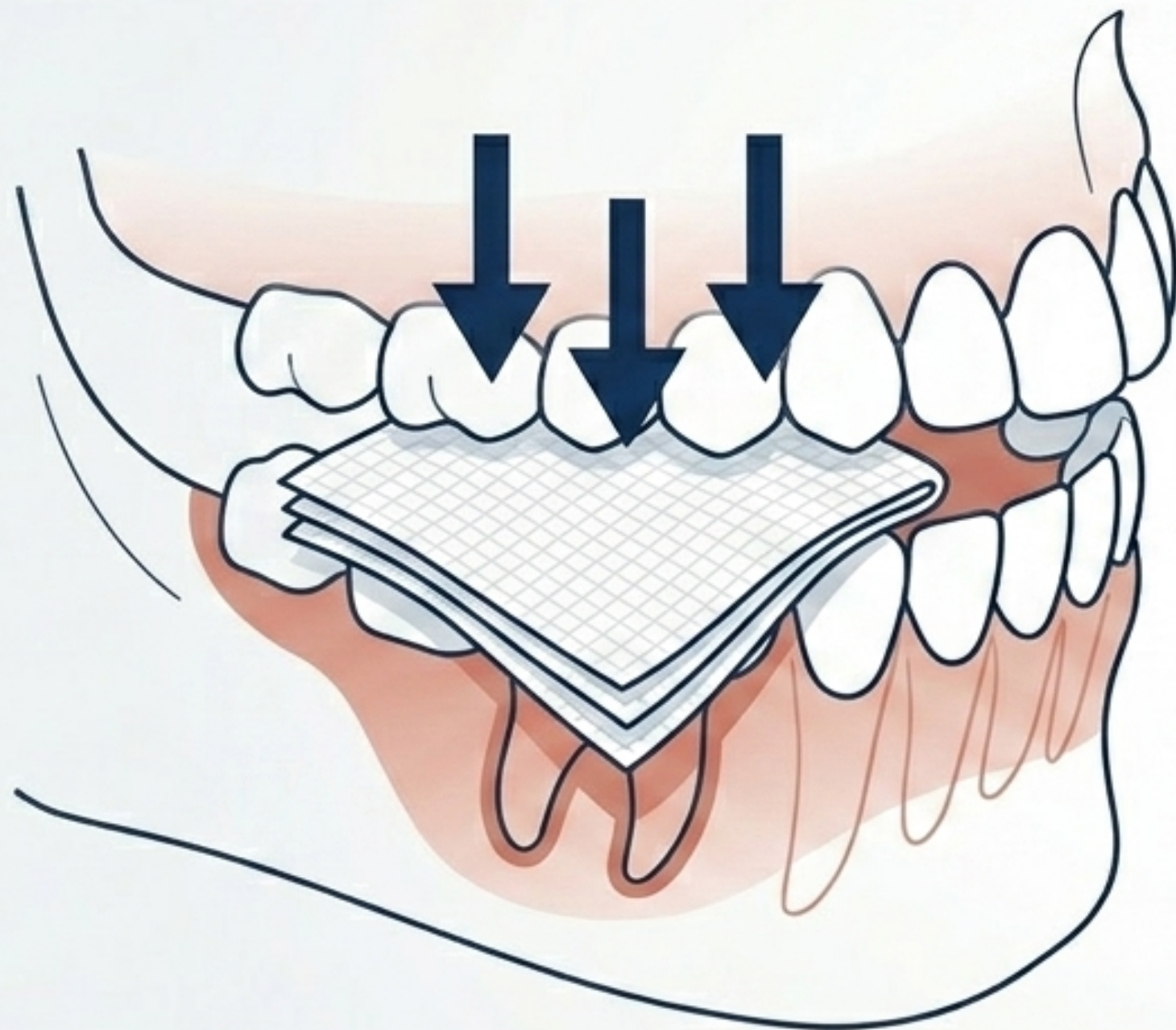
# مسیر بهبودی شما در یک نگاه



## ساعت اول: توقف خونریزی

گاز استریل را به مدت ۱  
ساعت در محل جراحی  
فشار دهید.

این فشار مداوم، اولین قدم برای ایجاد  
"مهر و موم محافظ" (لخته خون) است.



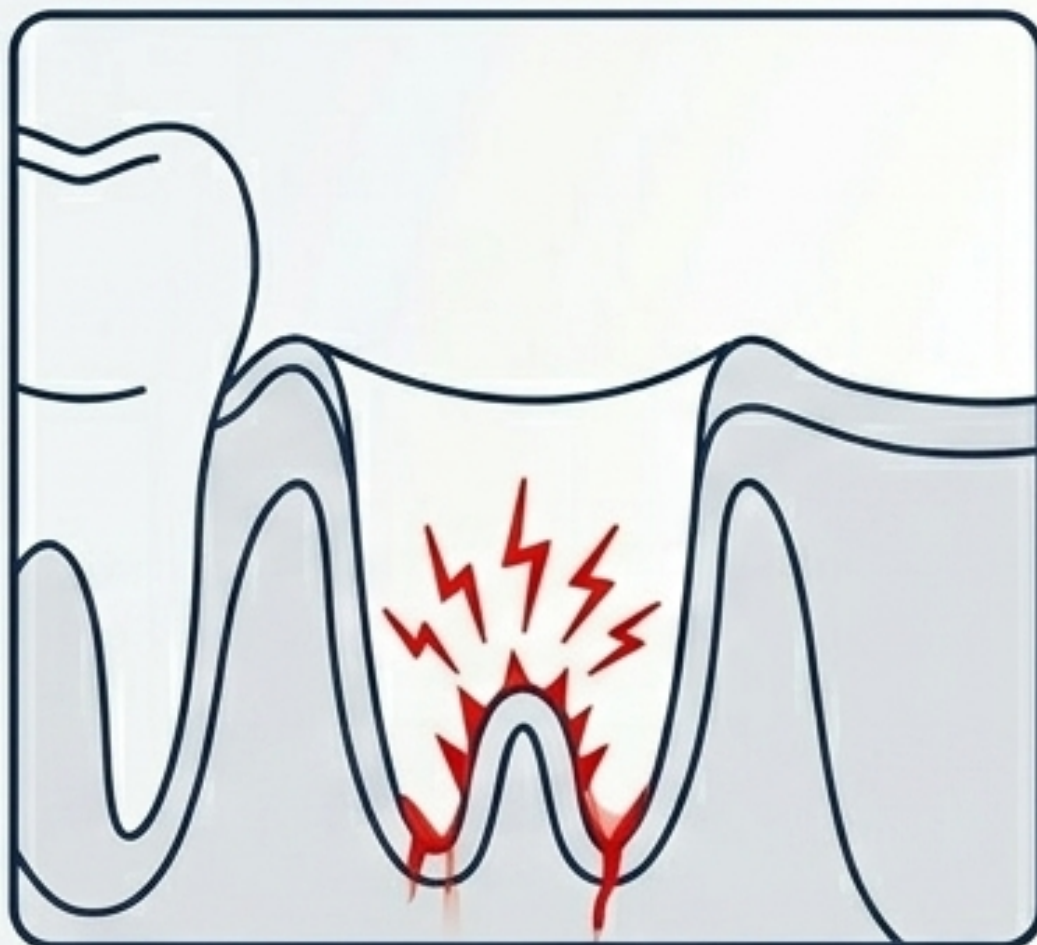
# قانون طلایی ۲۴ ساعت اول



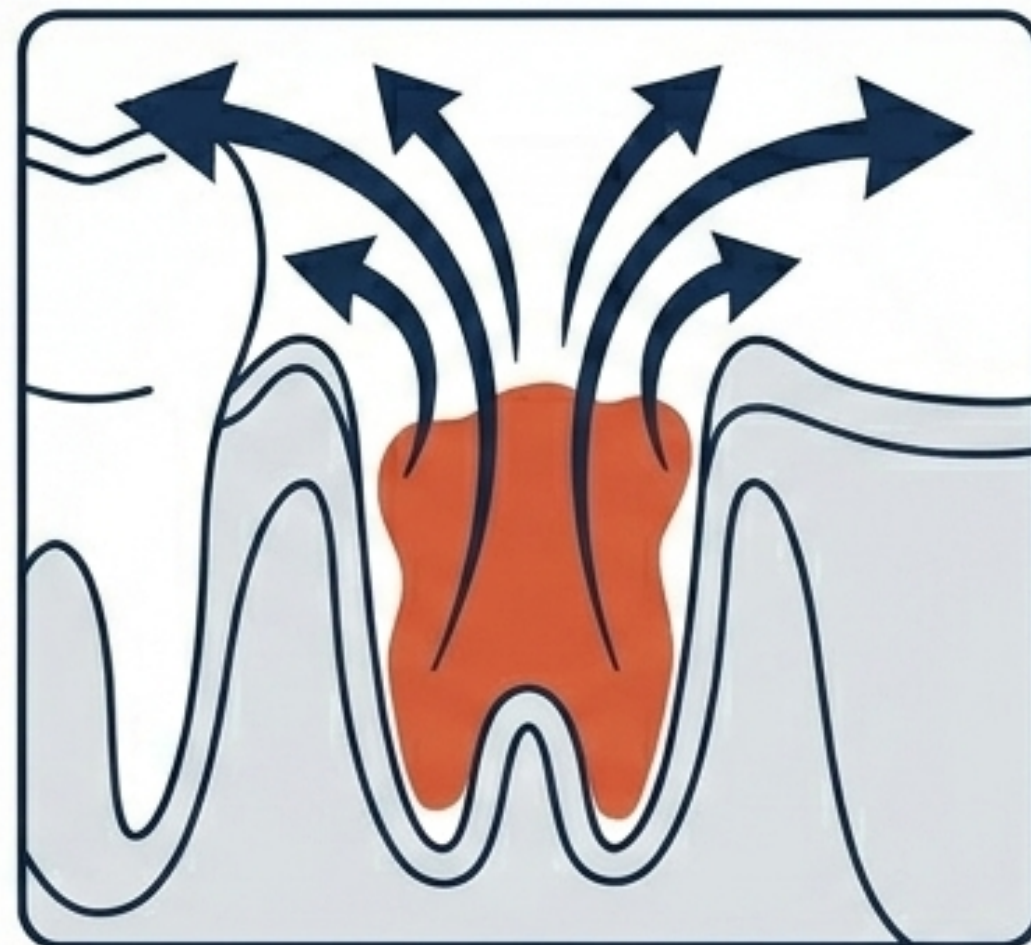
از خارج کردن آب دهان (تف کردن) و شستن محل جراحی تا  
۲۴ ساعت اکیداً خودداری نمایید.

چرا؟ تف کردن باعث ایجاد مکش در دهان می شود که خطرناک ترین عامل برای روند التیام است.

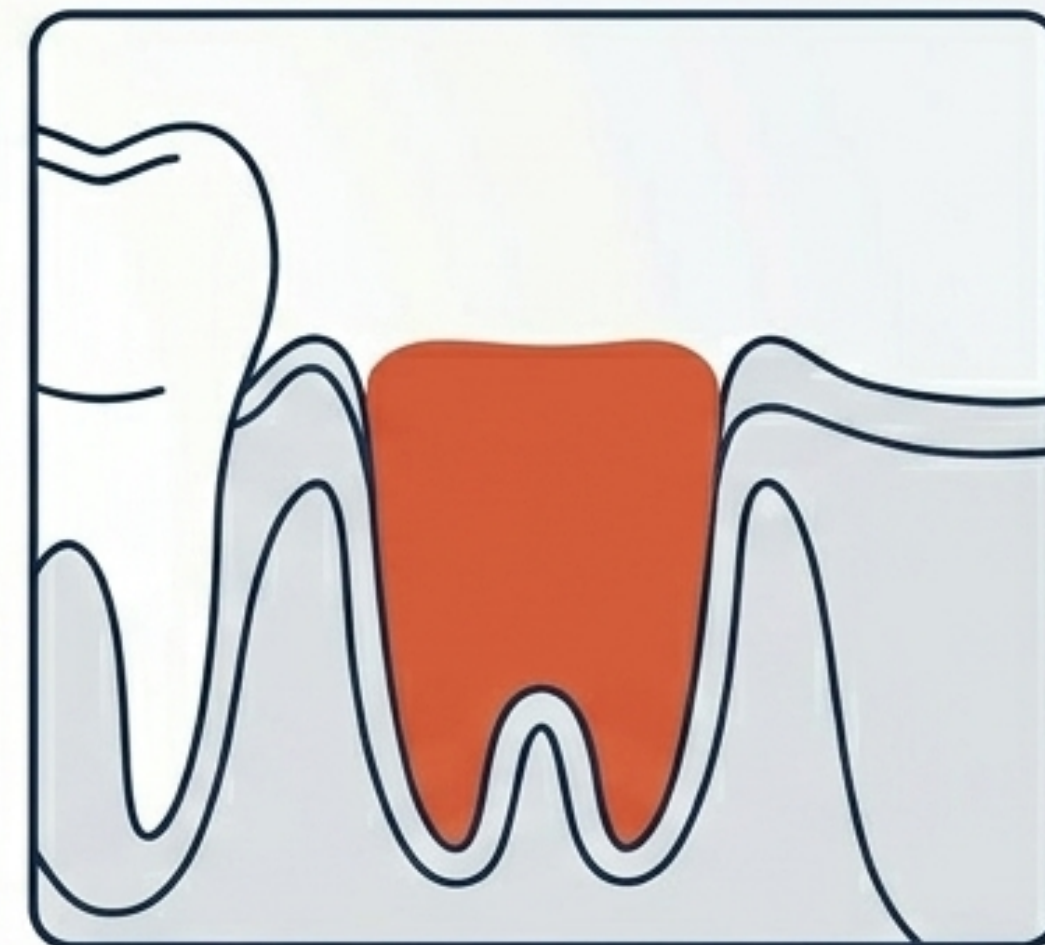
# مکانیسم بیولوژیک: چرا نباید تف کنید؟



**خشک شدن استخوان: خروج**  
لخته و ادامه خونریزی منجر به درد  
شدید در استخوان فک می شود.



**شستشو یا تف کردن: ایجاد**  
مکش شدید در محیط دهان.



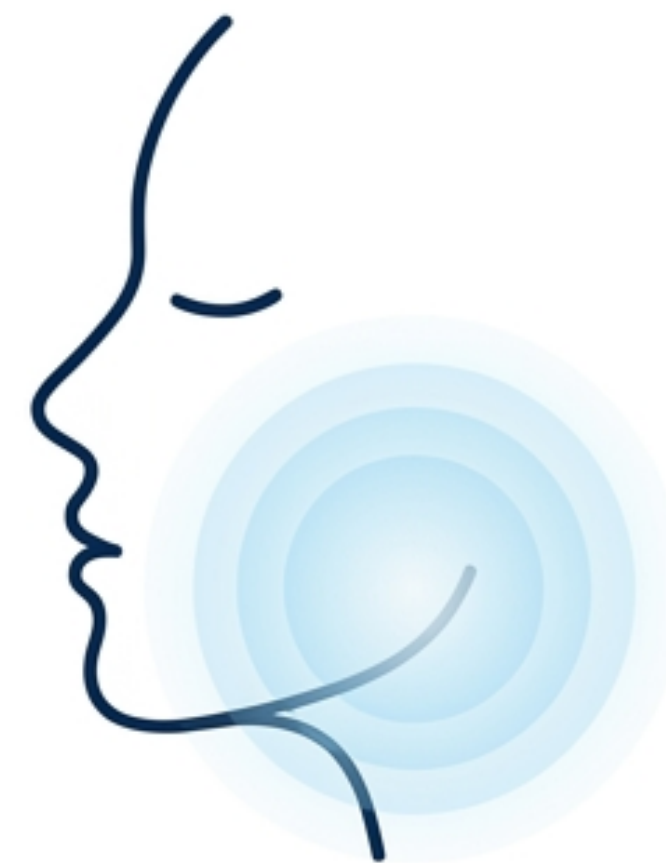
**تشکیل لخته خون: لخته به**  
عنوان یک پانسمان طبیعی عمل  
می کند.

# مدیریت تورم و راحتی

داروهای تجویز شده را به صورت کامل مصرف نمایید.



در صورت تجویز دهان‌شویه توسط پزشک، حتماً از روز بعد از جراحی شروع به مصرف نمایید.



بعد از جراحی، از کمپرس سرد روی صورت در ناحیه جراحی استفاده نمایید.

**جهت کاهش تورم**

# رژیم غذایی در ۲ روز اول

محافظت از بافت در حال ترمیم



## غذاهای تحریک کننده

از خوردن غذاهای گرم، تند و خشک  
اکیداً خودداری نمایید.



## غذاهای نرم و خنک

سوپ سرد، بستنی و مایعات خنک

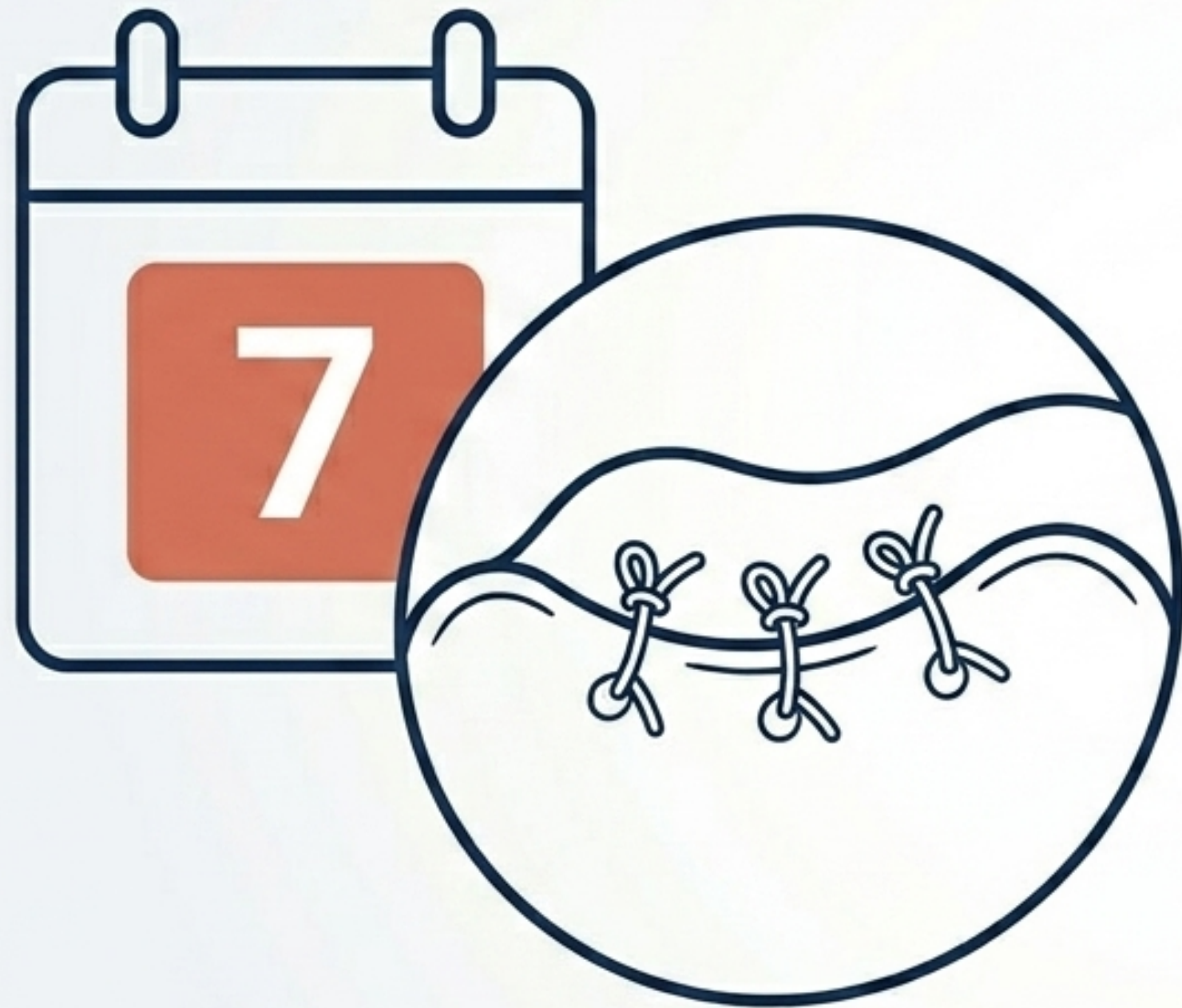
## روز ۳ تا ۴: تثبیت روند التیام

لخته خون اکنون در حال تبدیل شدن به بافت سالم است.  
ورود هرگونه مواد سمی این روند را مختل می‌کند.



به مدت ۳ الی ۴ روز از  
مصرف دخانیات و سایر مواد  
افیونی نظیر قلیان، سیگار  
و... خودداری کنید.

# روز هفتم: تکمیل مرحله اول درمان



در صورت بخیه شدن زخم  
توسط پزشک، ۷ روز بعد  
جهت کشیدن بخیه  
مراجعه نمایید.

# ارزیابی علائم: چه چیزی طبیعی است؟

## ⚠ علائم هشدار

● ادامه یافتن خونریزی شدید

● درد شدید و مداوم که با مسکن آرام نمی‌شود

در صورت ادامه درد در محل کشیدن، فوراً با پزشک خود تماس بگیرید.

## 🛡 روند طبیعی التیام

● درد خفیف تا متوسط

● تورم در ناحیه جراحی و صورت

درد و تورم از عوارض جانبی جراحی دهان می‌باشد و امری طبیعی است.

# پایان مسیر التیام

”

”در همه‌ی امور درمانی به پزشک معالج خود اعتماد داشته باشید و در صورت بروز هرگونه مشکل تماس بگیرید.“

“

سلامتی شما، اولویت اول ماست.

☎ شماره تماس های مطب: ۰۹۳۸۱۶۷۹۶۶۷ ۰۹۰۱۳۲۷۰۱۵۶

🌐 آدرس وبسایت: [www.drhosseinrezaei.com](http://www.drhosseinrezaei.com)