

הנחיות לאחר עקירת שיני בינה

לאחר הניתוח, חשוב להקפיד על ההנחיות שלאחר הפעולה על מנת להשיג תוצאה מיטבית ולהפחית את הסיכון לסיבוכים במהלך תקופת ההחלמה. להלן ההנחיות המקובלות לאחר עקירת שיני בינה.

מיד לאחר הניתוח

עם השחרור תקבלו הנחיות לאחר הניתוח, מרשם למשככי כאבים ובמקרים מסוימים גם אנטיביוטיקה. במידת הצורך, תיקבע ביקורת כשבוע עד שבועיים לאחר הפעולה.

בנוסף, יש להקפיד על ההנחיות הבאות:

- יש להימנע משטיפה נמרצת של הפה או ממגע באזור הניתוח.
- יש ליטול את משככי הכאבים שנרשמו עם הופעת הסימנים הראשונים לאי-נוחות.
- יש להגביל את הפעילות ביום הניתוח ולחזור לפעילות רגילה כאשר מרגישים בנוח.
- יש להניח שקיות קרח על צדי הפנים באזור שבו בוצע הניתוח. הנחיות נוספות מפורטות בסעיף "נפוחות".

דימום

דימום מסוים צפוי לאחר הניתוח.

- דימום קל, הפרשה דמית או גוון אדמדם ברוק הם תופעות תקינות.
- במקרה של דימום משמעותי, ניתן לשטוף או לנקות בעדינות קרישי דם ישנים מהפה, להניח פד גזה עבה על האזור ולנשוך עליו בחוזקה במשך 30 דקות. ניתן לחזור על הפעולה במידת הצורך.
- אם הדימום נמשך, ניתן לנשוך שקית תה לחה במשך 30 דקות. החומצה הטאנית המצויה בתה מסייעת ביצירת קריש באמצעות כיווץ כלי הדם.
- כדי להפחית דימום נוסף, מומלץ להישאר רגועים, לשבת זקוף ולהימנע מפעילות גופנית. אם הדימום אינו פוחת, יש ליצור קשר עם המרפאה לקבלת הנחיות נוספות.

נפיחות

נפיחות באזור הפה, הלחיים, העיניים וצדי הפנים היא תופעה שכיחה ומהווה תגובה טבעית של הגוף לאחר ניתוח.

- הנפיחות לרוב אינה ניכרת עד ליום שלאחר הניתוח ועשויה להגיע לשיאה כשלושה ימים (72 שעות) לאחר הפעולה. ניתן להפחית את הנפיחות באמצעות הנחה מיידית של שקיות קרח.
- יש להניח את שקיות הקרח על צדי הפנים באזור שבו בוצע הניתוח. מומלץ לעטוף אותן במגבת או בבד דק ולהשתמש בהן באופן רציף ככל האפשר בשעות הערות.
- לאחר 48 שעות אין צורך להמשיך בקומפרסים קרים. בשלב זה ניתן להשתמש בקומפרסים חמים ולחים על צדי הפנים כדי לסייע בהפחתת הנפיחות.

חשוב לדעת כי נפיחות או נוקשות של הלסת עשויות להימשך מספר ימים, והדבר נחשב תקין.

כאב

לאחר היום השלישי (72 שעות לאחר הניתוח), הכאב ואי-הנוחות אמורים לפחות בהדרגה מדי יום.

במקרה של כאב בינוני:

ניתן ליטול טבליה אחת או שתיים של אקמול מדי 4–6 שעות. לחלופין, במקרה של טבליות איבופרופן במינון 200 מ"ג (אדוויל או נורופן) ניתן ליטול שתיים עד שלוש טבליות מדי 3–4 שעות לפי הצורך.

במקרה של כאב חמור:

יש ליטול את התרופות שנרשמו בהתאם להוראות. תרופות מסוימות לשיכוך כאבים עלולות לגרום לנמנום ולהאט את זמן התגובה.

בעת נטילת תרופות אלו:

- אין לנהוג ברכב או להפעיל מכונות.
 - יש להימנע משתיית משקאות אלכוהוליים.
- אם הכאב נמשך, ייתכן שנדרשת בדיקה ויש ליצור קשר עם המרפאה לקבלת הנחיות נוספות.

תזונה

יש להגביל את התזונה לנוזלים קרים וצלולים. המלצה זו נועדה למנוע כוויות או נשיכה לא מכוונת של השפתיים או הלשון בזמן שהאזור עדיין מורדם.

במהלך תקופת ההחלמה:

- אין להשתמש בקשית. פעולת היניקה עלולה לגרום לדימום נוסף בעקבות תזונה של קריש הדם.
- יש להקפיד על שתייה מספקת כדי למנוע התייבשות. מומלץ לשתות לפחות חמש עד שש כוסות נוזלים ביום.
- לאחר חלוף השפעת ההרדמה ניתן לאכול מזון רך, תוך לעיסה בצד המרוחק מאזור או מאזורי הניתוח.
- צריכה מספקת של קלוריות וחלבון חשובה מאוד. מומלץ לנסות לשמור ככל האפשר על תזונה רגילה ולא לדלג על ארוחות. תזונה מספקת תסייע לשמור על הכוחות, להפחית אי-נוחות ולתמוך בתהליך ההחלמה.

זהירות: לאחר הניתוח עלולה להופיע סחרחורת בעת מעבר מהיר משכיבה לישיבה או לעמידה. אם אתם שוכבים, מומלץ לשבת במשך כדקה לפני שקמים לעמידה.

שמירה על ניקיון הפה

- אין לבצע שטיפות פה מכל סוג עד ליום שלאחר הניתוח.
- ניתן לצחצח שיניים בערב שלאחר הניתוח, אך יש לשטוף את הפה בעדינות.
- החל מהיום שלאחר הניתוח מומלץ לשטוף את הפה לפחות חמש עד שש פעמים ביום באמצעות כוס מים חמימים עם כפית מלח, במיוחד לאחר אכילה.

שינויי צבע ושטפי דם

במקרים מסוימים עשויים להופיע שינויי צבע שחורים, כחולים, ירוקים או צהובים כתוצאה מהתפשטות דם מתחת לרקמות. זוהי תופעה תקינה לאחר ניתוח, אשר עשויה להופיע יומיים עד שלושה לאחר הפעולה. ניתן להניח חימום מקומי לח על האזור עד ששינויי הצבע חולפים.

אנטיביוטיקה

אם נרשמה אנטיביוטיקה, יש ליטול את הטבליות או הנוזל בהתאם להוראות. האנטיביוטיקה ניתנת במטרה לסייע במניעת זיהום.

במקרה של הופעת פריחה או תגובה בלתי רצויה אחרת, יש להפסיק את נטילת האנטיביוטיקה וליצור קשר עם המרפאה. בכל שאלה נוספת ניתן לפנות אלינו.

בחילות והקאות

במקרה של בחילה ו/או הקאה לאחר הניתוח, אין לאכול, לשתות או להכניס דבר לפה, לרבות תרופות שנרשמו.

לאחר מכן ניתן ללגום באיטיות קולה, תה או ג'ינג'ר אייל במשך כ-15 דקות. לאחר שהבחילה חולפת ניתן להתחיל שוב באכילת מזון מוצק ובנטילת התרופות שנרשמו.

סיבוכים ותופעות נוספות

חוסר תחושה בשפה, בסנטר או בלשון:

אם מופיע חוסר תחושה בשפה, בסנטר או בלשון, אין צורך להיבהל. כפי שהוסבר לפני הניתוח, ברוב המקרים מדובר בתופעה זמנית. חשוב לזכור שכאשר השפה או הלשון רדומות, ניתן לנשך אותן מבלי להרגיש ולכן יש להיזהר.

עלייה קלה בחום הגוף:

עלייה קלה בחום מיד לאחר הניתוח אינה תופעה נדירה. אם החום נמשך, יש ליצור קשר עם המרפאה. ניתן ליטול אקמול או איבופרופן להפחתת החום.

סחרחורת:

תרופות לשיכון כאבים עלולות לגרום לסחרחורת. כמו כן, מעבר מהיר לעמידה עלול לגרום לתחושת סחרור. לפני שקמים, מומלץ לשבת במשך כדקה ורק לאחר מכן לעמוד.

תחושה של בליטות קשות בפה:

לעיתים ניתן להרגיש באמצעות הלשון בליטות קשות באזור הניתוח. אין מדובר בשורשי השיניים, אלא בדפנות העצם שתמכו בשן. בדרך כלל בליטות אלו מתעדנות עם הזמן. אם הן אינן חולפות, ניתן להסירן על ידי המנתח.

יובש וסדקים בזוויות הפה:

זוויות הפה עלולות להתייבש ולהיסדק בעקבות מתיחת השפתיים במהלך הפעולה. מומלץ לשמור על לחות השפתיים באמצעות משחה כגון וזלין.

כאב גרון וכאב בבליעה:

כאב גרון ואי-נוחות בזמן בליעה אינם נדירים לאחר הניתוח. נפיחות של השרירים באזור עלולה לגרום לכאב בעת הבליעה. בדרך כלל התופעה חולפת בתוך יומיים עד שלושה.

הגבלה בפתיחת הפה (טריזמוס):

נוקשות של שרירי הלסת עלולה לגרום לקושי בפתיחת הפה במשך מספר ימים לאחר הניתוח. זוהי תופעה שכיחה לאחר ניתוח ובדרך כלל משתפרת עם הזמן.

תפרים ומכתשית יבשה

תפרים:

תפרים עשויים להיות מונחים באזור הניתוח כדי להפחית דימום ולסייע בתהליך הריפוי. לעיתים תפר עלול להשתחרר, ואין בכך בהכרח סיבה לדאגה. בדרך כלל תפרים שאינם נושרים מעצמם הם תפרים נספגים וייעלמו בהדרגה.

מכתשית יבשה (Dry Socket):

מכתשית יבשה עלולה להתפתח כאשר קריש הדם באזור העקירה משתחרר מוקדם מדי או מתפרק. התסמינים עשויים לכלול כאב באזור הניתוח ואף כאב המקרין לאוזן, בדרך כלל יומיים עד שלושה לאחר הפעולה. במקרה כזה יש ליצור קשר עם המרפאה.

ליצירת קשר עם המרפאה במקרים דחופים, ניתן להתקשר או לשלוח הודעת WhatsApp

למספר: 050-406-8263