

## Verhalten nach Sinusbodenelevation

- o Schwellung, leichte Beschwerden, geringe Blutung und eventuell leicht erhöhte Temperatur sind normal und sollten Sie nicht alarmieren.
- o Essen Sie nicht während 2-3 Stunden nach der Behandlung. Danach sollten Sie für **mindestens eine Woche nur weiche** und nicht zu stark gewürzte **Kost** zu sich nehmen. Vermeiden Sie Kaffee, schwarzen Tee und Alkohol **an den ersten 3 Tagen**. **Rauchen** sollte **ganz unterlassen** werden, da es die Wundheilung und die Erfolgchancen ganz erheblich beeinträchtigt.
- o **Vermeiden Sie körperliche Anstrengungen** und lange **Sonnenbestrahlungen** oder **Solarium** in den ersten **2 Wochen**. Legen Sie für 10 Minuten einen **Kühlbeutel** oder Eis in einen Plastikbeutel und in ein Tuch gewickelt auf die operierte Seite auf und wiederholen Sie dies nach 30 Minuten mehrmals täglich während der ersten **3 Tage**.
- o **Grundsätzlich sollten Sie die operierte Seite für 2 Wochen schonen**. Vermeiden Sie auch, mit der Zunge an der Wunde, den Fäden oder dem Implantat zu spielen. Speisereste am Implantationsort müssen ausgespült werden (nicht mit der Zunge oder sonstwie zu entfernen versuchen). Unterlassen Sie jegliches Zähneputzen mit Bürste und anderen Hilfsmitteln am Ort der Implantation für **2 Wochen**.
- o Ab sofort können Sie täglich mit Salzwasser (einen halben Teelöffel Salz auf ein volles Glas lauwarmes Wasser), verdünntem Kamillosan oder einer Salbeilösung spülen. **Spülen Sie erstmals am Abend des 2. Tages** 2x täglich (nach dem Frühstück und vor dem Schlafen mit der Ihnen verordneten **Spüllösung** für ca. 30 Sek. (nicht häufiger und nicht länger!) während der ersten 2 Wochen.
- o Verwenden Sie ab dem 15. Tag eine speziell **weiche Zahnbürste**. Wir sagen Ihnen, ab wann Sie die gewohnte Mundhygiene wieder aufnehmen können.
- o Nehmen Sie Ihre verordneten **Medikamente** nach Vorschrift ein. **Bitte beachten Sie: Schmerzmittel können die Verkehrstüchtigkeit, Antibiotika die Wirkung der Pille herabsetzen!**
- o Falls sich ein Faden vorzeitig löst, Sie starke Schmerzen haben oder in irgendeiner Weise beunruhigt sind, rufen Sie uns bitte an.
- o **Schneuzen Sie für 10 Tage nicht Ihre Nase**, damit kein Druck in der Kieferhöhle entsteht. Benutzen Sie **alle 3-4 Stunden** die verordneten **Nasentropfen**, auch wenn Sie keine verstopfte Nase verspüren!
- o **Benutzen Sie 14 Tage kein Flugzeug (Druckunterschied!)**

Ihr Praxisteam    Zahngesundheit St.Gallen    Dr. Stephanus Steuer  
Sonnenstrasse 5 9000 St.Gallen Tel 071 845 3093

Auch außerhalb der Sprechzeiten ist Dr. Steuer erreichbar unter: 079 864 8263