******

***Rekomendācijas pēc zoba ekstrakcijas.***

**Ekstrakcijas dienā:**

* Stipri neskalot mutes dobumu. Ir svarīgi lai brūces vietā netiktu aizskalots pirmajās 24 stundās izveidojies asins receklis;
* Uzturā nelietot karstus ēdienus un dzērienus;
* Pie ekstrakcijas vietas turēt vēsumu (maksimālais ilgums 15 min) vairākas reizes dienā. Aukstuma aplikācijas svarīgākās ir procedūras dienā;
* Lietot nozīmētos pretsāpju medikamentus (“Ibumetin 400 mg”, “Ibustar”, “Nimesil”, “Dolmen”, vai citus ārsta ieteiktos medikamentus);
* Zobus tīrīt;
* Izvairīties no smēķēšanas pirmajā pēcoperācijas dienā.

**Sākot no otrās pēcekstrakcijas dienas:**

* Skalot mutes dobumu ar sālsūdeni (1 tējkarote sāls uz glāzi ūdens), kumelīšu tējas novārījumu;
* Pretsāpju medikamentus lietot tikai vajadzības gadījumā;
* Lielākās sāpes ir 24-48 stundas pēc zoba izņemšanas;
* Lielākais pietūkums ir 48-72 stundas pēc zoba izņemšanas;
* Ja nozīmētas antibiotikas, nepieciešams iziet pilnu to kursu;
* Ja uzliktas šuves, tās jāizņem ~ 2 nedēļas pēc zoba ekstrakcijas.