

## ZALECENIA DLA PACJENTA PO ZABIEGU REGENERACJI KOŚCI

**W celu uniknięcia powikłań oraz szybkiego powrotu do normalnego funkcjonowania prosimy o zastosowanie się do wymienionych poniżej zaleceń lekarza:**

1. Zalecam *delikatne* przyłożenie zimnego okładu do policzka (na zewnątrz na skórę), w okolicy miejsca gdzie był przeprowadzony zabieg. Okład należy przyłożyć niezwłocznie po zabiegu, a potem co 2-3 godziny, za każdym razem przykładając go na okres 30 min. Zimny okład proszę stosować **wyłącznie** w pierwszych 24 godzinach po zabiegu. Proszę nie stosować **ucisku** miejsca operowanego.
2. Proszę nie dotykać miejsca gdzie był zabieg sterowanej regeneracji kości palcami czy językiem. Proszę nie dotykać ani nie masować skóry policzka. W nocy proszę nie spać na stronie operowanej – nie kłaść tej strony twarzy i policzka na poduszkę.
3. Przez pierwsze 3 godziny po zabiegu proszę nie spożywać pokarmów, a także proszę unikać jedzenia potraw gorących i twardych (np. orzechy, płatki zbożowe, surowe warzywa, owoce pestkowe) przez co najmniej 3-4 dni.
4. Również przez pierwsze 3 godziny po zabiegu proszę **nie** pić kawy, herbaty i innych gorących napojów. Wyjątkiem jest chłodna woda mineralna, którą można pić.
5. Przynajmniej przez pierwsze 3 godziny po zabiegu (a najlepiej przez co najmniej 1 dzień po zabiegu) proszę **nie** palić papierosów oraz innych wyrobów tytoniowych.
6. Proszę myć zęby przynajmniej 2 razy dziennie (również w dniu zabiegu) szczoteczką i pastą, omijając miejsce zabiegu. Bardzo ważne jest stosowanie płukanek antyseptycznych (zawierają środki bakteriostatyczne oraz wypłukują resztki pokarmów), dlatego proszę płukać jamę ustną 2-3 razy w ciągu dnia płynem Perio-Aid 0,12%. Najkorzystniejszy jest następujący schemat (z wykorzystaniem środków, które Pani/Pan posiada), który proszę stosować przez 7-10 dni po zabiegu:
  - szczotkowanie zębów pastą Perio-Aid rano i wieczorem omijając operowaną okolicę
  - *delikatne* płukanie płynem Perio-Aid 0,12% około godziny 12.00 i 16.00
7. W razie konieczności proszę przyjmować leki przeciwbólowe np. Paracetamol, APAP, Ibuprofen, Nurofen, Panadol lub inne leki przeciwbólowe dostępne bez recepty.
8. Proszę przyjmować przepisane leki, w tym antybiotyki, ściśle wg zaleceń.
9. Niewielki obrzęk (mogący narastać do 3 doby od zabiegu) czy niewielka bolesność nie są powodem do niepokoju. W razie wystąpienia objawów niepokojących np.: silne dolegliwości bólowe, które nie ustępują po lekach przeciwbólowych, krwawienie z rany zabiegowej utrzymujące się powyżej 24 godzin, lub innych.... **proszę o kontakt pod nr telefonu 691 777 197** w celu uzyskania porady i umówienia wizyty kontrolnej.
10. Proszę zgłosić się w ustalonym terminie na usunięcie szwów założonych na zabiegu.

Jednocześnie proszę mieć na uwadze, że **obrzęk czy szaro-żółtawy nalot w miejscu ran** to normalne objawy, które po kilku dniach ustąpią i nie są powodem do niepokoju

Z poważaniem  
Lekarz prowadzący