

Pangangalaga pagkatapos ng dental na pag-oopera

Care after dental surgery – Tagalog (Filipino)

Ang papel ng impormasyong ito ay nagbibigay sa mga tao na nagkaroon na ng dental na pagpa-opera ng impormasyon tungkol sa kung ano ang maaasahan habang nasa proseso ng paggaling, paano maiwasan ang mga kumplikasyon at ano ang gagawin kung mangyayari ang mga ito.

Maaaring sangkot sa modernong dental na pag-oopera ang pagtrabaho sa mga ngipin, mga tisyu na nagsusuporta sa kanila o anumang mga malalambot na tisyu sa bibig.

Ano ang maaasahan ko pagkatapos ng dental na pag-oopera?

Ang paghilom ay karaniwang nangyayari kaagad nang walang mga kumplikasyon. Maaaring magkaroon ng mga problema dahil ang bibig ay ginagamit para sa pagkain at pagsasalita habang nangyayari ang paghilom. Palaging may panganib ng impeksiyon dahil ang bibig ay hindi nai-sterilisa.

Pagkatapos ng dental na pag-oopera, ang anestetiko o manhid na pakiramdam ay maaaring magpatuloy nang ilang oras. Ang iyong bibig ay maaaring di-komportable ang pakiramdam at namamaga sa panahon na ito. Maaasahan mo na makaramdam ng bahagyang kawalan ng ginhawa o kaunting kirot sanhi ng pagka-istorbo ng mga tisyu sa panahon ng paggamot. Maaari ring magkaroon ng bahagyang pagdurugo nang iilang oras. Dapat sapat lamang ito upang makulayan ang laway. Dapat may patuloy na pagbuti hanggang sa ganap na ang paghilom.

Paano ko maiwasan ang mga kumplikasyon pagkatapos ng dental na pag-oopera?

Makakatulong kang iwasan ang mga kumplikasyong katulad ng kirot, pamamaga, impeksiyon at pagdurugo sa pamamagitan ng pagsunod sa iilang simpleng mga patakaran.

- Ang pamumuo ng dugo na tumatakip sa sugat ay mahalaga. Humahadlang ito sa impeksiyon, tumutulong upang lumago ang bagong mga tisyu at sinasara ang sugat. Upang iwasang mahugasan at dumaloy ang pamumuo ng dugo, huwag magmumog ng iyong bibig sa unang apat na oras pagkatapos ng pag-oopera.
- Iwasan ang sobrang daming aktibidad nang humigit-kumulang 24 oras.
- Huwag humiga nang patag. Mag-relaks subalit panatilihing nakataas ang iyong ulo upang bawasan ang panganib ng pagdurugo.
- Huwag ilagay ang mga daliri, mga lapis o anumang bagay sa iyong bibig.
- Huwag kagatin o sipsipin ang manhid na labi, pisngi o dila. Mahalaga na ipaalala sa mga bata na maging maingat.
- Iwasan ang paninigarilyo o pag-inom ng alak dahil naaantala nito ang paghilom.

Kapag kumakain, sundin ang sumusunod na mga payo:

- Kumain ng malambot at masustansiyang mga pagkain katulad ng mga malasadong itlog, pinong tinadtad na karne o keso, mga custard, gatas, sopas o katas ng prutas.
- Ngumuya sa kabilang dako ng sugat sa iyong bibig.
- Iwasan ang mga pagkain at mga inuming napakainit.
- Dahan-dahang magmumog ng iyong bibig pagkatapos ng pagkain. Ang kalahating kutsarita ng asin sa isang baso ng maligamgam na tubig ay isang mabuting pangmumog ng bibig.

**Ano ang dapat kong gawin kung
magkakaroon ng mga kumplikasyon?**

Ang pinakakaraniwang mga kumplikasyon ay kirot, pamamaga, impeksiyon at pagdurugo.

- *Kirot:* Kontrolahin ang katamtamang kirot sa pamamagitan ng pag-inom ng paracetamol. Inumin ito sa karaniwang paraan at huwag ilagay ang gamot sa mismong sugat. Kung nagpapatuloy o lumalala ang kirot, bumalik sa lugar ng pag-ooopera kung saan ka ginamot. Sa karamihan ng mga kaso, mabilis na makontrol ang kirot.
- *Pamamaga:* Ang kaunting pamamaga o hirap sa pagbukas ng iyong bibig ay karaniwan, subalit dapat na magsimulang humilom ito pagkatapos ng isa o dalawang araw. Kung nagpapatuloy ang pamamaga, bumalik sa lugar ng pag-ooopera kung saan ka ginamot.
- *Impeksiyon:* Ang nagpapatuloy na kirot, pamamaga o mataas na temperatura ay maaaring magpahiwatig ng impeksiyon. Ang mga impeksiyon ay maaaring kumalat o lubhang maka-antala sa paghilom. Kung sinususpetsahan ang impeksiyon, bumalik sa lugar ng pag-ooopera kung saan ka ginamot para sa payo.
- *Pagdurugo:* Hindi normal ang nagpapatuloy na pagdurugo. Kung patuloy na nagdurugo ang sugat, maglagay ng malinis at mamasa-masang nakarolyong bendahe o isang maliit at malinis na nakatiklop na panyo sa sugat. Panatilihin ang tela sa lugar sa pamamagitan ng mariing pagkagat pababa. Umupo at panatilihin ang presyon nang hindi kukulangin sa sampung minuto. Kung hindi huminto ang pagdurugo, tawagan sa telepono ang lugar ng pag-ooopera kung saan ka ginamot. Kung sa mga oras na sarado na ang tanggapan, mag-ulat sa departamento ng aksidente at emerhensiya ng pinakamalapit na pangkalahatang ospital.

Para sa karagdagang impormasyon

- Kontakin ang iyong dental na propesyonal
- Bumisita sa www.health.qld.gov.au/oralhealth
- Tumawag sa 13 HEALTH (13 43 25 84) para sa kompidensiyal na payo sa kalusugan nang 24 oras sa isang araw, pitong araw sa isang linggo
- Mag-email sa oral_health@health.qld.gov.au