

## Săn sóc răng sau khi giải phẫu

Care after dental surgery - Vietnamese

*Bản hướng dẫn này cung cấp cho người mới được giải phẫu răng các thông tin về việc họ có thể gặp phải điều gì trong tiến trình hồi phục, làm sao tránh các biến chứng và phải làm gì nếu chúng phát sinh.*

Giải phẫu răng thời nay có thể liên can đến sự lao tác trên răng, lên các tế bào hỗ trợ răng hay bất cứ tế bào mềm nào trong miệng.

### Tôi có thể gặp phải điều gì sau khi giải phẫu răng?

Tiến trình hồi phục thường xảy ra nhanh chóng mà không có biến chứng. Vấn đề có lẽ xảy ra vì miệng dùng để ăn và nói trong tiến trình hồi phục. Miệng luôn luôn có nguy cơ bị nhiễm trùng vì miệng không thể được khử trùng.

Liên sau cuộc giải phẫu răng, thuốc mê hay cảm giác tê có thể còn ảnh hưởng nhiều giờ. Trong thời gian này miệng bạn có thể cảm thấy khó chịu và sưng. Bạn có thể gặp phải cảm giác hơi khó chịu hay đau nhức vì các tế bào bị quấy nhiễu lúc được chữa trị. Cũng có thể bị rỉ máu trong vài giờ. Có thể điều này thôi cũng đủ khiến nước miếng mất màu. Cơn đau của bạn có thể cứ bớt dần cho đến khi tiến trình hồi phục hoàn tất.

### Làm sao tôi có thể ngừa biến chứng sau khi giải phẫu răng

Bạn có thể tránh biến chứng như là đau, sưng, nhiễm trùng, và chảy máu bằng cách tuân theo một vài điều đơn giản.

- Việc máu đông cục trùm khắp vết thương thật giúp ích. Nó giúp tránh nhiễm trùng, giúp các tế bào mới sinh sôi nảy nở và hàn gắn vết thương lại. Để tránh máu đông cục bị rửa đi, đừng súc miệng trong bốn giờ đầu tiên sau khi giải phẫu.
- Tránh lao tác quá nhiều trong khoảng 24 tiếng đồng hồ.

- Đừng nằm phả đầu xuống. Hãy thư giãn nhưng nên để đầu cao lên để giảm nguy cơ chảy máu.
- Đừng để ngón tay, viết chì hay bất cứ thứ khác trong miệng.
- Đừng cắn hay nút môi bị tê, gò má hay lưỡi. Điều quan trọng là nhắc nhở trẻ con nên cẩn thận.
- Đừng hút thuốc hay uống rượu vì nó sẽ trì hoãn tiến trình phục hồi.

Khi ăn uống, nên theo các chỉ dẫn này:

- Ăn đồ mềm, bổ dưỡng như là trứng luộc mềm, thịt thái nhỏ, hay pho mát, sừng sa trứng, sữa, canh, nước trái cây.
- Tránh nhai bên đau.
- Tránh ăn uống thức ăn nóng quá.
- Sau bữa ăn súc miệng nhẹ nhẹ. Súc miệng với một muỗng cà phê muối nấu ăn trong nước ấm thì rất tốt.

### Tôi nên làm gì nếu biến chứng xảy ra?

Các biến chứng thông thường như là đau, sưng, nhiễm trùng và chảy máu.

- **Đau:** Không chế cơn đau ôn hòa với thuốc paracetamol. Dùng thuốc này một cách bình thường và đừng thoa thuốc vào chỗ đau. Nếu cơn đau dai dẳng hay hóa tệ, hãy trở lại gặp phòng giải phẫu của bạn lúc trước. Trong đa số trường hợp cơn đau có thể được khống chế nhanh chóng.
- **Sưng:** Việc miệng sưng hoặc khó há miệng đều thường thấy, nhưng bắt đầu đỡ đi sau một, hai ngày. Nếu cơn sưng dai dẳng hãy trở lại gặp phòng giải phẫu lúc trước của bạn.

- *Nhiễm trùng:* Đau, sưng, vẫn tiếp tục, hay nhiệt độ gia tăng có thể là triệu chứng nhiễm trùng. Nhiễm trùng có thể lan tràn hoặc trầm trọng trì hoãn việc chữa lành. Nếu nghi có nhiễm trùng, bạn hãy trở lại phòng mạch đã chữa cho bạn để được chỉ dẫn.
- *Chảy máu:* Tiếp tục chảy máu là điều không bình thường. Nếu vết thương chảy máu liên tục, hãy áp một miếng băng cuộn lại, sạch, ẩm, hoặc khăn tay nhỏ gấp lại, sạch, vào vết thương. Giữ miếng vải yên một chỗ bằng cách cắn chặt xuống. Ngồi và chịu áp lực ít ra mười phút. Nếu máu không ngừng chảy, điện thoại cho phòng giải phẫu của bạn lúc trước. Sau giờ làm việc, báo cáo tai biến đó ở phòng cứu cấp của bệnh viện toàn khoa gần nhất.

**Để biết thêm chi tiết:**

- Tiếp xúc chuyên gia nha khoa
- Đến [www.health.qld.gov.au/oralhealth](http://www.health.qld.gov.au/oralhealth)
- Gọi 13 HEALTH (13 43 25 84) để có lời hướng dẫn y tế kín đáo 24 giờ mỗi ngày, 7 ngày mỗi tuần
- Điện thư: [oral\\_health@health.qld.gov.au](mailto:oral_health@health.qld.gov.au)