

दाँतों की शल्य-चिकित्सा (सर्जरी) के बाद देखभाल

Care after dental surgery – Hindi

इस तथ्य पत्र में उन लोगों के लिये जानकारी है जिन्होंने दाँतों की सर्जरी कराई है, इसमें बताया गया है कि स्वास्थ्य लाभ के दौरान क्या अपेक्षा रखनी चाहिये, समस्याओं से कैसे बचा जाये और यदि समस्याएँ आयें तो क्या करना चाहिये।

आधुनिक दन्त सर्जरी में दाँतों पर, दाँतों को सहारा देने वाले टिशयूज अथवा मुँह के अन्य सॉफ्ट टिशयूजों पर काम शामिल हो सकता है।

दाँतों की शल्य चिकित्सा (सर्जरी) के बाद मुझे क्या अपेक्षा रखनी चाहिये?

साधारणतया घाव जल्दी और बिना किसी समस्या के भर जाते हैं। घाव भरते समय खाने या बोलने के लिये मुँह काम में लेने से समस्याएँ हो सकती हैं। वैसे संक्रमण का खतरा हमेशा रहता है क्योंकि मुँह को निष्कटित (स्टैरलाइज) नहीं किया जा सकता।

दाँतों की सर्जरी के बाद, कुछ घंटों तक चेतना शून्य (एनस्थेटिक) या सुन्न महसूस हो सकता है। इस दौरान आप मुँह में असहजता और सूजन महसूस कर सकते हैं। ईलाज के दौरान टिशयूज के साथ छेड़छाड़ के कारण आप मामूली असुविधा या थोड़े दर्द की अपेक्षा कर सकते हैं। हो सकता है कुछ घंटों तक थोड़ा रक्तस्राव भी हो। यह केवल उतना ही होता है जिससे लार का रंग बदल जाये। घाव के पूरा भरने तक स्थिति में निरंतर सुधार होना चाहिये।

मैं दन्त शल्य चिकित्सा (सर्जरी) के बाद समस्याओं से कैसे बच सकता हूँ?

कुछ साधारण नियमों का पालन करके आप दर्द, सूजन, इन्फेक्शन और रक्तस्राव जैसी समस्याओं से बच सकते हैं।

- जो खून का थक्का घाव को ढकता है वह महत्वपूर्ण होता है। वह इन्फेक्शन नहीं होने देता, नये टिशयू बनने में मदद करता है और घाव का मुँह बन्द रखता है। खून के इस थक्के को बहने से रोकने के लिये, सर्जरी के बाद पहले चार घंटों तक कुल्ला न करें।
- लगभग 24 घंटे के लिये बहुत ज्यादा गतिविधि से बचें।
- सीधे (फ्लैट) नहीं लेटें। आराम करें लेकिन रक्तस्राव का खतरा कम करने के लिये अपना सिर ऊपर रखें।
- अंगुलियां, पेंसिलें या कोई और चीज अपने मुँह में नहीं डालें।

- सुन्न होठ, गाल या जीभ को काटे या चूसे नहीं। बच्चों को सतर्कता रखने की याद दिलाना महत्वपूर्ण है।
- धूम्रपान या मदिरापान को टालें क्योंकि इनसे घाव भरने में और भी ज्यादा समय लगेगा।

खाते समय, निम्नलिखित सुझावों का पालन करें:

- नरम, गुणकारी चीजें खाएँ जैसे कि कम उबले अंडे, बारीक कटा मीट या चीज, कस्टर्ड्स, दूध, सूप और फलों का रस।
- मुँह में जिस तरफ घाव है उधर से नहीं चबायें।
- बहुत ज्यादा गर्म खाने या पेय पदार्थों का सेवन टालें।
- भोजन के बाद धीरे-धीरे कुल्ला करें। एक गिलास गुनगुने पानी में आधा चाय का चम्मच नमक मिलाकर तैयार किया गया घोल कुल्ला करने के लिये अच्छा होता है।

यदि समस्याएँ आयें तो मुझे क्या करना चाहिये?

साधारणतया दर्द, सूजन, संक्रमण (इन्फेक्शन), तथा रक्तस्राव जैसी समस्याएँ आती हैं।

- दर्द: हल्के दर्द को पैरासेटामूल लेकर नियंत्रित करें। इसे सामान्य तरीके से लें और इस दवाई को घाव पर नहीं लगायें। यदि दर्द बन्द ना हो या बढ़ जाये तो, जहाँ आपका ईलाज हुआ था उस सर्जरी में वापस जायें। अधिकांश मामलों में दर्द पर जल्दी ही नियंत्रण पाया जा सकता है।
- सूजन: थोड़ी बहुत सूजन या मुँह खोलने में कठिनाई सामान्य बात है लेकिन, एक दो दिन बाद इसमें कमी आना शुरु हो जाना चाहिये। यदि सूजन खत्म नहीं हो तो, जहाँ आपका ईलाज हुआ था उस सर्जरी में वापस जायें।
- इन्फेक्शन: निरंतर दर्द, सूजन अथवा बुखार इन्फेक्शन का संकेत हो सकता है। इन्फेक्शन बढ़ सकता है या घाव भरने में गंभीर रूप से देरी कर सकता है। यदि किसी इन्फेक्शन का संदेह हो तो, सलाह के लिये जहाँ आपका ईलाज हुआ था उस सर्जरी में वापस जायें।
- रक्तस्राव: निरंतर खून आना (रक्तस्राव) सामान्य नहीं होता। यदि किसी घाव में निरंतर खून आ रहा हो तो उस पर, एक साफ, गीली पट्टी (रोल्ड बैंडेज) अथवा साफ रुमाल समेट कर लगायें। जोर लगाकर काटते हुए कपड़े

- को उसी जगह रखें। बैठ जायें और कम से कम दस मिनट तक जोर लगाकर काटते हुए दबाव बनाये रखें। यदि रक्तस्राव बन्द ना हो तो, उस सर्जरी को फोन करें जहाँ आपका ईलाज हुआ था। कार्य समय के बाहर की अवधि में, अपने निकटतम जनरल अस्पताल के इमरजेंसी विभाग में जायें।

अधिक जानकारी के लिये

- अपने दन्त संव्यवसायिक (प्रोफेशनल) से संपर्क करें
- www.health.qld.gov.au/oralhealth पर जायें
- सप्ताह में सातों दिन, चौबीसों घंटे स्वास्थ्य के बारे में गोपनीय सलाह के लिये 13 HEALTH (13 43 25 84) पर फोन करें
- oral_health@health.qld.gov.au पर ईमेल करें