

ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТА ПОСЛЕ ИМПЛАНТАЦИИ

1 сутки

В первые часы нарастает отёк в зоне операции, возможны болевые ощущения после окончания действия анестезии, ограничение открывания рта.

Задача: максимально помочь организму справиться с послеоперационным стрессом, не препятствовать процессам заживления.

☑ ДА	⊗ НЕТ
Марлевый тампон на месте имплантации	Жёсткая пища
Холодный компресс к щеке в первые полчаса после операции, затем в течение 1-1,5 часов прикладывать компресс не более 10 минут с паузами по 5 минут	Трогать языком или рукой место имплантации Прикладывать тёплые/горячие компрессы
Первый приём пищи — не ранее, чем через 2 часа после операции (когда прекратит действовать анестезия)	Чистить зубы щёткой в области вмешательства, интенсивно полоскать рот
Мягкая пюрированная пища комнатной температуры, смузи, протеиновые коктейли, тёплый чай на основе успокаивающих трав	Пить через соломинку
Прогулки в размеренном темпе	Алкоголь
Сон на спине на высоких подушках: голова должна быть выше уровня груди	Кофе, крепкий чай
Медикаментозная терапия — по схеме и в дозировках, назначенных врачом по вашим индивидуальным показаниям - см. ниже	Горячие и холодные напитки
-	Соления, кислые фрукты, приправы
-	Любые физические нагрузки (фитнес, бассейн, бег, контактные и силовые тренировки)
-	Авиаперелёты
-	Курение

2-7 сутки

В первые три дня отёк в зоне операции сохраняется, возможны болевые ощущения при открывании рта, глотании, приёме пищи.

Задача: снизить отёк, контролировать болевые ощущения, профилактика осложнений, не препятствовать процессам заживления (**если боль нарастает на 2-3 сутки, а температура тела превышает 37,5 градусов – обратитесь к врачу!**).

☑ ДА	☒ НЕТ
<p>Бережно полоскать рот:</p> <ul style="list-style-type: none"> • назначенным врачом солевым или антисептическим раствором каждые 2 часа и каждый раз после еды 	Интенсивные физические нагрузки (фитнес, бассейн, бег, силовые тренировки)
Использовать НОВУЮ мягкую зубную щётку, избегая чистки непосредственно зоны имплантации	Баня, сауна, хамам, горячая ванна
Выбирать мягкую пищу. Пережевывать на стороне, противоположной от операции	Алкоголь, кофе, крепкий чай, курение
Сон на спине на высоких подушках: голова должна быть выше уровня груди. Сон на боку на стороне, на противоположной от имплантации	Кислое, солёное, горячее, острое, жевательная резинка
<p>Медикаментозная терапия — по схеме и в дозировках, назначенных врачом по вашим индивидуальным показаниям - см. ниже</p> <ul style="list-style-type: none"> • местные ранозаживляющие мази • антигистаминные препараты • противовоспалительные препараты • антибиотики 	Пить через соломинку
Избегать переохлаждения	Авиаперелёты

ЧТО ЕСТЬ В ПОСЛЕОПЕРАЦИОННОМ ПЕРИОДЕ?

☑ МОЖНО	☒ НЕЛЬЗЯ
Жидкое, пюрированное, холодное, тёплое	Жёсткое, кислое, солёное, острое, волокнистое, горячее, ледяное
Йогурт	Чипсы
Смузи	Сухари
Пюрированные супы	Жёсткое печенье
Мороженое	Орехи
Пудинг	Сухофрукты
Протеиновый коктейль	Горячие блюда
Омлет	Соления, кислые фрукты, приправы
Яйца всмятку	Жевательная резинка

ВАЖНО!

В течение 2-3 дней после операции слюна может быть с оттенком крови. Это считается нормой!



Чтобы остановить подтекание крови:

- Держите голову приподнятой
- Осторожно прикусывайте влажную марлю к месту операции. Удерживайте её в течение 30 минут. При необходимости смените марлю и держите ещё 30 минут.

Если кровотечение не останавливается, обратитесь к врачу!



ОТВЕТЫ НА ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ

Когда после операции я смогу пить, есть, курить?

Пить воду (НЕ ГОРЯЧУЮ!) можно сразу, первый приём пищи (жидкой, пюреобразной, НЕ ГОРЯЧЕЙ!) – минимум через 2 часа. От курения в 1-е сутки нужно воздержаться, желательнее не курить до момента полного заживления и снятия швов.

Можно ли пить кофе/чай?

Можно, но только тёплыми и не крепкими. Лучше отдавать предпочтение травяным чаям. Горячих напитков следует избегать вплоть до снятия швов (минимум, неделю после операции). Из-за воздействия тепла кровеносные сосуды расширяются, что может спровоцировать кровотечение.

Как долго будет болеть?

Боль и дискомфорт могут сохраняться в течение 4 дней после операции. Вы также можете испытывать боль в горле и затруднение при глотании. Принимайте обезболивающие препараты, назначенные стоматологом. Если боль сохраняется дольше, обратитесь к врачу.

Можно ли пить алкоголь?

Нельзя употреблять алкоголь минимум в течение трёх дней, а лучше воздержаться от него в течение недели после операции. Алкоголь может привести к потере костной массы в месте установки имплантата, что поставит под угрозу опорную область имплантата.

Когда можно вернуться к занятиям спортом?

Важно избегать любых физических упражнений в течение первых трёх дней и отказаться от интенсивных нагрузок (фитнес, бассейн, бег, силовые тренировки) в течение недели после операции.

Почему нельзя пить через соломинку?

Нельзя использовать соломинку в течение месяца после операции, пока ткань вокруг имплантата полностью не заживёт. Соломинка создает вакуум в полости рта, который может помешать процессу заживления.

Как долго нужно будет есть мягкую пищу?

Придерживаться употребления мягкой пищи следует в течение 10–14 дней после операции. Как только врач снимет швы и боль исчезнет, вы можете начать есть привычную пищу, избегая липких, вязких продуктов и жевательной резинки.

Почему во рту торчат нитки?

Разные хирурги по-разному зашивают десну после имплантации. Если у вас во рту чувствуются нитки — это нормально. Старайтесь не "дёргать" их языком а также избегайте употребления липких и вязких продуктов.

ВАЖНО!

Соблюдайте график контрольных послеоперационных осмотров, который определяется вашим лечащим врачом.

ДЛЯ БОЛЕЕ БЫСТРОГО ЗАЖИВЛЕНИЯ:



Используйте пакеты со льдом, чтобы минимизировать кровотечение и отёк



Избегайте употребления горячих, твёрдых и липких продуктов



Используйте мягкую НОВУЮ зубную щётку, избегая нажима в зоне имплантации



Не курите



Найдите максимально удобную позу для сна (на спине, на противоположном боку от зоны имплантации), старайтесь высыпаться



Полощите рот назначенными лечащим врачом антисептическими растворами



Ешьте мягкую и питательную пищу на противоположной от операции стороне



Пейте достаточное количество воды – 1,5-2 литра в день



Избегайте интенсивных физических нагрузок

Источники

1. Кулаков А. А. Дентальная имплантация / под ред. Кулакова А. А. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 400 с.
2. Протезирование с опорой на имплантаты. Планирование от результата. ЛШ. Вольфарт - М.: Азбука стоматолога, 2016. - 728 с.
3. Дентальная имплантация : учебно-методическое / О. М. Павлов, Ф. А. Горбачёв. - Минск : БГМУ, 2019 - 22 с.
4. Дентальная имплантология: основы: учебно-методическое пособие / Р.Г. Хафизов, Д.А. Азизова, А.К. Житко, Р.К. Житко – Казань: Казанский федеральный университет, 2021 – 57 с.
5. Дентальная имплантология: уч. пособие / Сост. Ф.З. Мирсаева, М.Б. Убайдуллаев, А.Б. Вяткина, С.Ш. Фаткуллина, Под ред. проф. Ф.З. Мирсаевой. – Уфа: Изд-во ГБОУ ВПО БГМУ Минздрава России, 2015 – 124 с.
6. Pippi R. Post-Surgical Clinical Monitoring of Soft Tissue Wound Healing in Periodontal and Implant Surgery. Int J Med Sci. 2017 Jul 18;14(8):721-728. doi: 10.7150/ijms.19727. PMID: 28824306; PMCID: PMC5562125.
7. Heng CK, Badner VM, Clemens DL, Mercer LT, Mercer DW. The relationship of cigarette smoking to postoperative complications from dental extractions among female inmates. Oral Surg Oral Med Oral Pathol Oral Radiol Endod. 2007 Dec;104(6):757-62. doi: 10.1016/j.tripleo.2007.04.020. Epub 2007 Aug 30. PMID: 17764988.
8. Livne S, Harel N, Piek D, Ormianer Z. Evaluation of heat conduction in dental implants after exposure to hot beverages. J Prosthet Dent. 2014 Mar;111(3):228-33. doi: 10.1016/j.prosdent.2013.10.003. Epub 2013 Nov 19. PMID: 24262947.