

Koostajad:
suukirurgia osakonna vanemõde Tuuli Aland,
hambaarsti assistent Tiina Kedder,
hambaproteesikeskuse vanemõde Kadri
Saarma

Hamba eemaldamise järgne hooldus

Tartu Ülikooli Kliinikum
Registatuur 731 9100
Üldinfo 731 8111
www.kliinikum.ee
kliinikum@kliinikum.ee



Patsiendiinfo

- Hamba eemaldamise järgselt asetatakse haavale steriilne marlitampoon. Hoidke seda vähemalt 15 - 20 minutit suus, sest tampoonist tingitud surve aitab verel paremini hüübida. Eemaldades tampooni varem, võib tekkida uus veritsus.
- Protseduuri järgselt võib haava piirkonnast immitseda verd. Sel juhul rullige puhaste kätega steriilne marlitampoon (mitte vatt) pallikeseks, asetage see haavale ja suruge lõualuud kokku. Hoidke tampooni suus 20 – 30 minutit.
- Ärge häirige haava. Vältige sõrme ja keelega haava puudutamist, sest nii võite tekitada haava ärrituse, põletiku ja/või veritsuse.
- Turse vähendamiseks hoidke jääkotti 20 minutit põse piirkonnas 20-60 minutiliste vahedega (jääkoti ümber asetage eelnevalt käterätt). Külma kompressi eesmärk on ahendada veresooni ja aeglustada vereringet, mis omakorda pärsib verejooksu. Jääkotti aitab turset alandada, kuid ei pruugi seda päriselt taandada.
- Kasutage kahel esimesel protseduurijärgsel päeval arsti poolt soovitatud valuvaigisteid.

- Kasutage lõhenenud suunurkade peitsimiseks pehmendavat kreemi või vaseliinsalvi.
- Vältige suuvee kasutamist esimese 24 tunni jooksul peale hamba eemaldamist. Suud loputage ettevaatlikult, intensiivne suu loputamine võib põhjustada verejooksu.
Suu loputamiseks sobib:
 - apteegis müüdavad kloorheksidiini sisaldavad suuloputuslahused
 - nõrk soolvesi (noaotsatäis soola poole klaasi vee kohta)
 - nõrk kaaliumpermanganaadi lahus
 - kummelitee
- NB! Loputuslahus peab olema toasoe.
- Hoiduge hambaharja kasutamisest 8 tunni jooksul peale hamba eemaldamist. Edaspidi puhastage oma hambaid hoolikalt ja õrnalt, vältides haava puudutamist. Kasutage pehmet hambaharja ja teisi abivahendeid (hambaniiti või hambavaheharjakesi).
- Esimesel operatsioonijärgsel päeval vältige sülitamist.
- Söömine ja joomine ei ole soovitatav 2 tunni jooksul pärast hamba eemaldamist. Tarvitage esimesel päeval energiarikast toitu. Vältige kuuma jooki ja alkoholi. Joogikõrt ei soovitata kasutada, sest

imemine takistab vere hüübimist ja loob suuõõnes negatiivse rõhu. Toit peab olema soe ja/või jahe ning pehme. Vältige tahke, kleepuva ja vürtsise toidu söömist.

- Kui olete suitsetaja, siis loobuge suitsetamisest vähemalt 12 tunni jooksul peale hamba eemaldamist. Suitsetamine takistab vere hüübimist ja aeglustab paranemist.
- Vältige saunas käimist ja kuuma vanni esimesel kahel protseduurijärgsel päeval, sest kuum saun ja vann laiendavad veresooni, mis võib esile kutsuda verejooksu haavast.
- Vältige protseduuri päeval füüsilist ülekoormust, sest see tõstab vererõhku ja võib esile kutsuda verejooksu.

Ärge kasutage pärast protseduuri sooja kompressi!

Rohke verejooksu, tugeva valu, jätkuva palaviku (üle 38°), punetuse või muu Teid muretsema paneva sümptomi ilmnedes võtke ühendust oma hambaarstiga.