



Для пациента

Рекомендации при кровотечении



Памятка

Сохраняя улыбку!

Уважаемый пациент!

Эта памятка содержит рекомендации при кровотечении.

Соблюдение этих рекомендаций поможет вам избежать осложнений и ускорить заживление.

I. Общие рекомендации:

Некоторое количество сукровицы (смесь крови и слюны) в первые часы после удаления — это норма. Однако если кровотечение обильное, чисто алое и не уменьшается, необходимо принять меры.

1. Не паниковать. Оценить ситуацию.

- Норма: В первые 12-24 часа слюна может быть окрашена в розовый/красный цвет. В лунке образуется темно-красный или бордовый сгусток — это основа для заживления, его нельзя трогать.
- Тревожный признак: Обильное выделение алой крови, частые плевки кровью, ощущение, что рот быстро наполняется кровью.

2. Немедленные действия (дома/на работе)

1. Сверните плотный марлевый или ватный тампон. Можно использовать стерильный бинт. Если нет стерильного, подойдет чистый, сухой платок или бумажная салфетка, сложенная в несколько раз.
2. Поместите тампон прямо на лунку удаленного зуба.
3. Сильно сомкните челюсти, чтобы тампон плотно прижался к лунке. Давление — главный способ остановки кровотечения.
4. Сохраняйте давление 20-30 минут, не разжимая челюсти и не проверяя рану.
5. Сядьте спокойно или полусидя. Не ложитесь горизонтально, это повышает давление в сосудах головы. Голову держите выше уровня сердца.
6. К щеке со стороны удаленного зуба можно приложить холод (лед, завернутый в полотенце, бутылка с холодной водой) на 15-20 минут. Делайте перерывы.

3. После 30 минут давления

- **ОСТОРОЖНО** извлеките тампон. Если кровотечение прекратилось или стало незначительным (розовая слюна), больше не кладите новый тампон, чтобы не удалить сформировавшийся сгусток.
- Если кровотечение продолжается (лунка активно заполняется кровью), повторите ПУНКТ 2 со свежим тампоном, но уже на 40-60 минут.
- Можно смочить новый тампон 3% перекисью водорода (она обладает кровоостанавливающим действием) и снова плотно прижать.

4. Если кровотечение не останавливается

Незамедлительно обратитесь за помощью:

1. Позвоните своему стоматологу-хирургу, который проводил удаление. Он даст инструкции или пригласит на прием.
2. Если врач недоступен, обратитесь в любую круглосуточную стоматологическую клинику или дежурную челюстно-лицевую хирургию (часто при городских больницах).
3. В крайнем случае вызовите скорую помощь (103 или 112). Медики могут оказать первую помощь и доставить в нужное отделение.

ЧЕГО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ:

- Не полоскать рот впервые 24-48 часов после остановки кровотечения. Это вымоет сгусток.
- Не трогать лунку языком, пальцами, зубочистками.
- Не сплевывать с усилием, не сосать кровь из раны. Это создает вакуум и смещает сгусток.
- Не принимать горячую пищу или напитки, не греть щеку. Тепло расширяет сосуды.
- Не принимать горячий душ, баню, сауну, не заниматься тяжелым физическим трудом или спортом впервые 2-3 дня.
- Не курить и не употреблять алкоголь минимум 72 часа. Алкоголь и никотин нарушают формирование сгустка.
- Не принимать аспирин и другие препараты, разжижающие кровь (если их не назначил врач по жизненным показаниям). При боли используйте препараты на основе парацетамола или ибупрофена (они обладают меньшим влиянием на свертываемость, но проконсультируйтесь с врачом).



Важно!

- Если у вас возникли какие-либо вопросы или опасения, не стесняйтесь обращаться к своему лечащему врачу.
- Не занимайтесь самолечением!

Контактная информация вашего врача: Телефон: 8(347) 276-90-23



Анкетирование пациентов
по качеству обезболивания