مریض کے لیے معلومات

دانت نکالنے کے بعد مریض کے لیے احتیاطی تدابیر

دانت نکالنے کے عمل کے فوراً بعد جب تک آپ کا منہ سُن ہو، اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ آپ کے گال، ہونٹ یا زبان کو دانتوں کے درمیان آکر چوٹ نہ لگے۔

عمل کے بعد کئی دنوں تک جراحی کی جگہ سے وقتاً فوقتاً خون بہہ سکتا ہے۔ آپ گوز (جالی دار کپڑے) کے ایک ٹکڑے کو تہہ کرکے، اسے پانی سے ہلکا نم کرکے اس جگہ پر رکھ سکتے ہیں جہاں سے دانت نکالا گیا ہے تاکہ خون کا لوتھڑا (blood clot) بننے میں مدد ملے۔ گوز پر 15 سے 30 منٹ تک ہلکا دباؤ ڈال کر منہ بند رکھیں، اور ضرورت پڑنے پر یہ عمل دہرائیں۔

زخم کے بغیر کسی پیچیدگی کے مندمل ہونے کے لیے خون کا لوتھڑا بننا انتہائی ضروری ہے۔ پہلے 24 گھنٹوں کے دوران خون کا لوتھڑا بہت نازک ہوتا ہے کیونکہ یہ منہ کے اندر اس طرح سخت کھرنڈ نہیں بناتا جیسے جلد پر بنتا ہے۔ (scab)

لہٰذا:

- جس جگہ سے دانت نکالا گیا ہو وہاں چوسنے کا عمل نہ کریں۔
- اسٹرا (straw) کے ذریعے کوئی مشروب نہ پیئیں۔
- زور سے کُلّی نہ کریں اور نہ ہی تھوکیں۔
- سگریٹ نوشی سے مکمل پرہیز کریں (اگر آپ کے بازو پر گہرا کٹ لگا ہو تو کیا آپ اسے ٹھیک کرنے کے لیے آگ کے اوپر رکھیں گے؟)

دانت نکالنے کے بعد 2 دن تک خون کے لوتھڑے اور جراحی کی جگہ کو ہرگز نہ چھیڑیں اور اسے اس کی حالت پر چھوڑ دیں۔

مزید برآں درج ذیل سے پرہیز کریں:

- الکوحل والے مشروبات
- کاربونیٹڈ مشروبات یا سوڈا

- گرم کھانے یا گرم مشروبات
- سخت یا کرکرے (crispy) کھانے

درد اور سوجن

برف کی ٹکور (آئس پیک) اس حصے کو آرام پہنچا سکتی ہے اور سوجن کو کم کر سکتی ہے۔ آئس پیک کو متاثرہ جگہ کے قریب 15 منٹ سے زیادہ نہ رکھیں اور ضرورت کے مطابق دہرائیں۔ ممکن ہے کہ آپ کو متوقع درد اور سوجن سے نمٹنے کے لیے گولیاں یا دیگر ادویات تجویز کی گئی ہوں۔ انہیں ہدایت کے مطابق استعمال کریں۔ براہ کرم ذہن نشین کر لیں کہ گولیاں نگلنے کے بعد آپ کے جسم میں جذب ہونے میں عموماً 30 منٹ سے ایک گھنٹہ لگتا ہے۔ خون نگلنے اور خالی پیٹ ادویات کھانے سے متلی (نوزیا) کی شکایت ہو سکتی ہے۔ تھوڑی مقدار میں کھانا کھانے سے اس کیفیت میں بہتری آ سکتی ہے۔ شدید متلی دوائی سے الرجی نہیں ہے؛ بلکہ یہ دوائی کو برداشت نہ کر پانے کی علامت ہے۔

اپنا خیال رکھیں

عمل کے اگلے دن اپنے دانتوں کو نرمی سے برش کرنے اور فلاس کرنے کا معمول دوبارہ شروع کریں۔ آپ زبان اور منہ کے اوپری حصے کو برش کر سکتے ہیں تاکہ ناخوشگوار ذائقہ کم ہو سکے۔ چند دنوں تک نہایت نرمی سے کلی کریں۔ نیم گرم نمکین پانی سب سے زیادہ موثر اور آرام دہ ہوتا ہے (8 اونس پانی میں 1 چائے کا چمچ نمک ملائیں)۔

آپ کو معلوم ہونا چاہیے

نرم بافتوں (soft tissue) کو مندمل ہونے میں تقریباً 10 دن سے چند ہفتے لگتے ہیں۔ سخت ہڈی کی بافتوں کے مندمل ہونے میں 6 سے 8 ہفتے لگتے ہیں۔ لہٰذا دانت نکالنے کی جگہ چند ہفتوں میں بھر جائے گی اور پھر نیچے موجود ہڈی بھر کر سکڑ جائے گی، اور یہ جگہ چند ماہ میں مکمل ہموار ہو جائے گی۔

اگر خون کا لوتھڑا ضائع ہو جائے اور نہ بنے

آپ 'ڈرائی ساکٹ' (dry socket) کا شکار ہو سکتے ہیں، جہاں ہڈی کا سوراخ ننگا رہ جاتا ہے یا ڈھک نہیں پاتا، اور یہ صورتحال انتہائی تکلیف دہ ہو سکتی ہے۔ اس کی علامت عموماً اس جگہ شدید چبھن یا درد ہے جہاں سے دانت نکالا گیا تھا۔ یہ بھی بالآخر ٹھیک ہو جائے گا تاہم اس کے لیے آپ کو آرام پہنچانے کی غرض سے اضافی ادویات یا علاج کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

DR Faizan Hussain .com

اگر آپ کے مزید سوالات یا تحفظات ہوں تو براہ کرم کلینک سے رابطہ کریں۔

DR Faizan Hussain.com