



**PUSAT PERGIGIAN U 优牙科中心 U DENTAL CENTER**  
 Taman U 大学城: 26, Jalan Kebudayaan 1, Taman Universiti, 81300 SKUDAI. Tel:607-521 1111, SMS: 6012-8800100 HP:6 014-888 9000  
**U Dental Specialist Clinic 优牙科专科诊所 Klinik Pakar Pergigian U**  
 Bukit Indah 武吉英达: 65, Jalan Indah 16/12, Taman Bukit Indah, 81200 Johor Bahru, Johor.  
 Tel: 607-234 2000, SMS: 6014-508 0000 HP: 6019-500 6 900  
 Tel: 07-232 4444, SMS: 6014-9 900 900 HP: 6014-888 2000  
 www.gigi.my info@gigi.my



# 最全医嘱！拔牙+洗牙+补牙+根管治疗+种植牙+正畸医嘱大全

U Dental Patient Information And Consent: Help You To Make Informed Decision

牙疼需要看牙医，但看完牙以后，很多人却不习惯遵医嘱，甚至遵医嘱都随心所欲打折扣：明明需要“1个礼拜就过来拆线”，结果可能过了好几个礼拜有空了才过来。明明不让咬硬的东西，结果过了一会就抛之脑后，竟然去啃螃蟹...

**你的治疗效果不佳，也许并不是牙医技术不行，而是你医嘱过程打了折扣**

曾经有这样一篇报道，患者在拔牙几天后死亡。拔牙也会死人?!原来患者拔牙后不忌口，还经常饮酒，作息不规律，从而使拔牙的伤口内杆菌素的感染急速繁殖，导致死亡。

不是在牙科经过治疗就马上好了，后期也需要患者的维护。今天，给大家总结了~拔牙+洗牙+补牙+根管治疗+种植牙+正畸术后最全医嘱。

## 拔牙后注意事项



- 1、拔牙处纱布棉球请咬紧，在30-60分钟后轻轻取出。
- 2、拔牙2小时后方可进食，近日宜进软食，不宜过热及饮酒，避免拔牙处咀嚼。
- 3、拔牙后2天内，口水中可有血丝，属正常现象，如出血多，请及时复诊。
- 4、拔牙当日切忌漱口和刷牙（次日可刷牙），更不宜挑剔、舌舔触和反复吸吮创口，以防创口感染和出血。拔牙处如有缝线，在术后5~7天拆除。
- 5、复杂牙拔出后常有肿胀、疼痛、开口困难等现象，经消炎处理，一般在3~5天后好转。如有疑问，请复诊。

## 洗牙后注意事项

- 1、在洗牙后1~2周内，不宜食冷、热、酸、甜等食物，出现牙体过敏，属正常现象，不宜抽烟，不宜饮浓茶、咖啡、红酒、可乐等深色饮品。
- 2、长期不洗牙后牙结石较大时，洗牙后感觉间隙变大，属正常现象。
- 3、洗牙结束当日刷牙出血属正常现象，牙龈红肿严重者可服用抗生素以及甲硝唑类药物3日。
- 4、牙齿洁护间隔时间应在半年至1年1次。

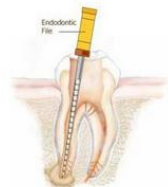


## 补牙后注意事项



- 1、补牙后24小时内，补牙侧勿咀嚼硬物。不适症状多属正常反应，一般可自行缓解。
- 2、补牙后数日至数周内，有轻微冷热敏感或咬合不适症状多属正常反应，一般可自行缓解。
- 3、补牙后应避免食过烫、过冷或较硬食物、以防刺激牙髓和充填物脱落。
- 4、深龋患牙补牙后如出现敏感症状长期无好转或有疼痛加重等情况，需及时联系复诊采用根管治疗术（抽牙神经）继续治疗。
- 5、如牙体缺损较大或龋损位置不佳致充填物难以固位，需行嵌体、贴面、全冠、桩冠等修复。
- 6、补牙后请遵医嘱，并保持良好的口腔卫生习惯，以防止新龋的形成。

## 根管治疗后注意事项



- 1、治疗后约2小时即麻药消退后方可进食（麻醉消退2~4小时，个体有差异）。
- 2、治疗后至复诊期间，封药患牙侧请勿咀嚼，刷牙须轻柔。
- 3、治疗后两三日内，如有轻微疼痛或咬合不适症状多属正常反应。
- 4、治疗后应避免食过冷热辛辣刺激或较粘、较硬食物。治疗期间保证休息睡眠，戒烟限酒，避免剧烈活动。
- 5、如患牙出现剧烈肿痛和封药脱落等特殊状况请及时联系复诊。
- 6、根管治疗中和治疗后的患牙，牙齿抗折能力均降低（尤其是隐裂牙），容易牙齿劈裂导致拔牙。请避免使用患牙咀嚼硬物，并遵医嘱及时行嵌体、桩冠修复。
- 7、根管治疗后，机体有一个修复适应过程，短期内会有部分患者感觉不适，如情况不是逐渐加重可观察随访。
- 8、根管治疗成功率一般为80%~95%。确为无法治愈的患牙，必要时须拔除患牙。
- 9、为保证根管治疗的疗效，须由首诊医师完成整个治疗过程。无特殊情况请按约复诊，需改约请提前至少1天电话告知。

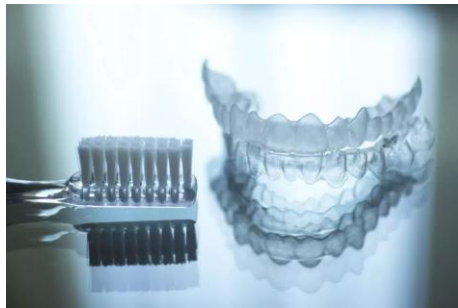
## 种植牙术后注意事项



- 1、人工种植牙后应减少吸烟，最好戒烟，因为吸烟会增加种植牙周围组织炎的发生率。
- 2、坚持每天早晚刷牙各一次和饭后漱口，保证口腔的清洁环境。尤其睡前刷牙更为重要，因为晚饭后，睡眠中唾液分泌量减小，口腔自洁作用较差。
- 3、平时应当少吃辛辣、过冷过硬的食物。
- 4、选用柔软、光滑、末端圆钝刷毛的牙刷，并在使用前用热水浸一下使其变得更软，再蘸取牙膏、食盐进行清刷。这样既可以清洁口腔污垢，又可以加强对种植牙的保健维护的，减少对种植牙的刺激和伤害。
- 5、刷牙时应使用含软性摩擦剂的牙膏和温水，可以选用颗粒较细、摩擦力非常小的含氟牙膏。

- 6、牙线的使用非常关键，可以有效清洁牙间隙、种植体部分等。可以根据自身情况选用龈沟刷、单束刷、中央也同样为尼龙丝的牙间隙刷来清洁种植牙的每个部位。
- 7、选用适宜的漱口水、口腔冲洗器，可以局部用氟来清洁，但一定为中性氟，酸性氟会损害种植体，也可以选用牙签来清洁。
- 8、尽量少吃含碘、含酸的食物，以防止其对钛种植体表面造成腐蚀。
- 9、切忌不可以用种植牙连续咀嚼过硬的食物,以防止金属过度疲劳而引起不必要的麻烦。
- 10、每隔 6 个月做一次牙科种植体周围组织的维护，用专门的仪器清除平时刷牙无法清除的牙结石和牙菌斑等有害物质，防止种植体周围炎症的发生，从而维持种植牙的长期清洁和稳定。

#### 正畸事项须知



- 1、复诊前 3~5 天拨打预约电话，与主管医生预约复诊时间，因故不能按时就诊者，应预先与主管医生联系，改约时间。复诊前需将牙齿刷干净，挂号、排队候诊。
- 2、注意口腔卫生，每次进食后必须刷牙，照镜子检查是否刷干净，保证矫治器及牙齿上无食物残渣，否则易造成牙龈出血、牙龈炎、牙周炎、牙齿脱钙及龋齿，影响矫正及口腔健康。
- 3、矫治器加力后 3~5 天内，受力的牙齿等组织将有酸、胀、痛等不适感，一般一周左右自行消退，如加力后牙齿疼痛明显或疼痛持续加剧，应及时复诊，不得自行搬弄或调整矫治器上的钢丝。
- 4、初装矫治器后，口腔粘膜容易出现口腔溃疡，一般两周内自行消退，不需特殊处理。
- 5、矫治期间，避免吃较硬、软粘的食物，防止粘在牙齿上的矫治器脱落，否则会延误治疗时间。如果不慎矫治器脱落，应及时复诊，重新粘接。
- 6、结扎在矫治器上的小钢丝头如果意外滑出，扎到口腔粘膜，可用口腔小器械自行将其推向牙缝处；无法自己解决的，需复诊处理。
- 7、遵医嘱认真戴用矫治器及其附件（如牵引橡皮圈、头帽等），如因此多次造成矫治器损害或遗失者，主管医师有权终止矫治。