

拔牙后注意事项

为了帮助伤口顺利愈合，请遵循以下建议：



拔牙后立即注意事项

- 用力咬住纱布 30–60 分钟。
- 少量出血属于正常现象。
- 如果出血持续，请每 30 分钟更换一次纱布，直到纱布上不再出现血迹。

前 24 小时

- 不要用力漱口。
- 不要用力吐口水。
- 不要使用吸管。
- 避免吸烟和饮酒。
- 避免用手指或舌头触碰拔牙部位。

饮食

- 选择柔软的食物，如粥或牛奶。
- 避免食用过热、辛辣、酥脆或坚硬的食物。
- 多喝水。

疼痛与肿胀

- 按照医生指示服用处方药物。
- 如果出现肿胀，第一天可在脸颊外侧进行冰敷，每次 15 分钟，间隔 15 分钟。

口腔卫生

- 继续小心地刷牙。
- 第一天避免直接刷到拔牙部位。
- 如果是进行手术拔除智齿，可在医生建议下使用抗菌漱口水。

接下来 3 天

- 不要提举重物。
- 不要进行剧烈运动。
- 不要吸烟或使用电子烟。

如果出现以下情况，请立即联系我们：

- 持续无法止住的大量出血
- 2–3 天后疼痛严重加剧
- 肿胀越来越严重或出现脓液
- 发烧或吞咽困难



+65 6273 3133