

## Healthy Smile Tips

- หลีกเลี่ยงการแปรงฟันบริเวณแผลถอนฟัน ใช้แปรงสีฟันที่มีขนแปรงอ่อนนุ่ม
- ทำความสะอาดบริเวณซอกฟันวันละครั้ง
- รับประทานอาหารอ่อน
- พบทันตแพทย์ตามนัด

เพื่อการดูแลสุขภาพฟันและช่องปาก ให้ศึกษาเพิ่มเติมในเว็บไซต์ของโรงพยาบาล



[www.dentalhospitalbangkok.com](http://www.dentalhospitalbangkok.com)

# Tooth Extraction:

## Post-Operative Instructions



DENTAL HOSPITAL  
SUKHUMVIT 77 BANGKOK

## A Few Simple Guidelines

บางครั้งการถอนฟันเป็นสิ่งจำเป็นที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ เนื่องจากโรคฟันผุ โรคในช่องปาก หรือการบาดเจ็บและอุบัติเหตุที่เกิดกับฟัน

เมื่อท่านได้รับการถอนฟัน จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงโดยธรรมชาติในช่องปาก ทันตแพทย์จะให้คำแนะนำภายหลังการถอนฟันและเป็นสิ่งสำคัญที่ท่านควรสอบถามข้อสงสัยหรือปัญหาต่างๆ รวมทั้งแนวทางปฏิบัติเพื่อช่วยให้แผลหายเร็ว ป้องกันภาวะแทรกซ้อน และทำให้ท่านมีอาการดีขึ้น

### Anesthetics

ก่อนการถอนฟัน ท่านจะได้รับการฉีดยาชาเฉพาะที่เพื่อระงับความรู้สึก จะทำให้ช่องปากชาประมาณ 2-3 ชั่วโมงหลังถอนฟัน ในขณะที่ชาต้องระงับการกัดกระพุ้งแก้ม ริมฝีปากหรือลิ้น อย่ารับประทานอาหารที่ต้องเคี้ยวในระหว่างที่ปากยังชา อาการชาจะหายไป 2-3 ชั่วโมง ถ้ายังไม่หายชาโปรดติดต่อโรงพยาบาลเพื่อรับคำแนะนำ

### Bleeding

ทันตแพทย์จะวางผ้าก๊อชตรงบริเวณแผลถอนฟัน กัดผ้าก๊อชให้แน่นเพื่อห้ามเลือดให้หยุดไหล จะช่วยทำให้เกิดการสร้างลิ่มเลือดที่จำเป็นสำหรับการหายของแผล ให้กัดผ้าก๊อชต่อไปประมาณ 45-60 นาที หลังออกจากโรงพยาบาล

ห้ามเคี้ยวผ้าก๊อช หากคายผ้าก๊อชแล้วยังมีเลือดไหลซึมจากแผลถอนฟันมากผิดปกติ ให้ปฏิบัติดังนี้

- พับผ้าก๊อชที่สะอาดหนาพอเหมาะ สำหรับการกัด ชุบด้วยน้ำสะอาดเพียงหมาดๆ วางลงบนแผลถอนฟัน
- กัดผ้าก๊อชให้แน่นและนั่งต่ออีก 60 นาที หากผ้าก๊อชยังชุ่มด้วยเลือด อาจเปลี่ยนผ้าก๊อชที่สะอาดใหม่ได้
- ห้ามดูดหรือเลียแผลถอนฟัน
- ห้ามบ้วนน้ำและน้ำลาย 6 ชั่วโมงหลังถอนฟัน
- ห้ามดื่มน้ำหรือเครื่องดื่มโดยใช้หลอดดูด
- อาจมีเลือดไหลออกจากแผลถอนฟันได้บ้างจนกระทั่งมีการสร้างลิ่มเลือด อย่างไรก็ตามถ้ายังมีเลือดไหลออกต่อเนื่องมากผิดปกติให้ติดต่อโรงพยาบาล (โปรดจำไว้ว่าการมีเลือดออกเล็กน้อยผสมปนกับน้ำลายอาจทำให้เข้าใจผิดว่าเลือดไหลออกมากผิดปกติได้)



### DENTAL HOSPITAL

7 SOI ON NUT 1/1, SUKHUMVIT 77  
SUKHUMVIT ROAD, WATTANA  
BANGKOK 10110, THAILAND  
Tel. 02 092 2000  
dental@dhbkk.com

## Do Not Disturb!

ลิ้มเลือดที่ถูกสร้างในเบ้าฟันเป็นส่วนสำคัญต่อการหายของแผลถอนฟันตามปกติ ควรหลีกเลี่ยงการกระทำใดๆ ที่อาจจะไปรบกวนการสร้างลิ้มเลือด ถ้าลิ้มเลือดถูกรบกวนและสลายไป จะทำให้กระดูกเบ้าฟันอักเสบ และเกิดอาการปวดรุนแรง

- ห้ามบ้วนน้ำแรงๆ หรือบ้วนน้ำลาย ไม่ควรใช้หลอดดูดเครื่องดื่มภายใน 24 ชั่วโมง เนื่องจากแรงดูดในช่องปากอาจทำให้ลิ้มเลือดหลุดออกและทำให้การหายของแผลช้าลงได้
- ห้ามดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือห้ามใช้น้ำยาบ้วนปากที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสม
- ถ้าท่านสูบบุหรี่ ต้องแจ้งทันตแพทย์ก่อนถอนฟัน ท่านไม่ควรสูบบุหรี่ภายใน 72 ชั่วโมงหลังถอนฟัน
- หยุดการออกกำลังกายที่มากเกินไปภายใน 48 ชั่วโมงหลังถอนฟัน
- บางครั้งลิ้มเลือดไม่สามารถเกิดขึ้นในวันแรกหรือวันที่สองหลังถอนฟัน หรือสร้างขึ้นแล้วแต่สลายไป ทำให้กระดูกเบ้าฟันอักเสบและปวดรุนแรง ควรติดต่อทันตแพทย์เพื่อรับการรักษาแผลถอนฟันให้หายเป็นปกติและลดอาการปวด

PLEASE  
CALL THE  
HOSPITAL

## Cleaning Your Mouth

ควรหลีกเลี่ยงการแปรงฟันบริเวณรอบแผลถอนฟันในวันที่ถอนฟัน ควรแปรงฟันและทำความสะอาดช่องฟันบริเวณใกล้เคียงแผลถอนฟันอย่างระมัดระวัง ควรแปรงทำความสะอาดลิ้นด้วย จะช่วยกำจัดกลิ่นปากและรสชาติไม่พึงประสงค์ที่เกิดภายหลังการถอนฟัน

ในวันถัดไป หากไม่มีเลือดซึมแล้ว ให้บ้วนปากเบาๆ ด้วยน้ำเกลืออุ่น (เกลือ ½ ช้อนชาผสมน้ำอุ่น 1 แก้ว) หรือน้ำยาบ้วนปากที่ทันตแพทย์สั่งภายหลังรับประทานยา เพื่อกำจัดเศษอาหารให้ออกจากแผลถอนฟัน พยายามอย่าบ้วนน้ำหรือกลั้วปากแรงๆ เพราะจะทำให้ลิ้มเลือดหลุดออกมา ถ้าท่านมีโรคความดันโลหิตสูง ให้แจ้งทันตแพทย์และไม่ควรบ้วนปากด้วยน้ำเกลือ ไม่ควรใช้น้ำยาบ้วนปากในระหว่างแผลถอนฟันยังไม่หายเว้นแต่ทันตแพทย์จะแนะนำ

## Medication

ถ้าทันตแพทย์สั่งจ่ายยาแก้ปวดและยาแก้อักเสบหรือยาเพื่อป้องกันการติดเชื้อ ให้รับประทานยาตามที่สั่ง ถ้าหากยาแก้ปวดไม่สามารถระงับความเจ็บปวดได้ ไม่ควรรับประทานยาเพิ่มกว่าที่สั่ง

## Swelling and Pain

ภายหลังการถอนฟัน ท่านอาจรู้สึกไม่สบายและมีอาการปวดบวมบริเวณแผลถอนฟันได้ เพื่อช่วยลดอาการปวดบวมให้ใช้เจลแช่เย็นหรือถุงน้ำแข็ง หรือผ้าเย็นประคบบริเวณใบหน้าด้านนอกตรงบริเวณที่ถอนฟัน ทันตแพทย์จะให้คำแนะนำวิธีและระยะเวลาในการประคบเย็น

## When to call the hospital

ภายหลังถอนฟันหากท่านมีอาการผิดปกติดังต่อไปนี้ ให้ติดต่อโรงพยาบาลทันที

ถ้าติดต่อไม่ได้กรุณาติดต่อแผนกฉุกเฉินของโรงพยาบาลทั่วไป

- มีไข้สูง คลื่นไส้ หรืออาเจียน
- อาการปวดรุนแรงต่อเนื่อง อาการบวมหรือเลือดออกผิดปกติ
- อาการปวดเพิ่มขึ้นแทนที่จะลดลง

ภายหลังการถอนฟัน ควรดื่มน้ำมากๆ และรับประทานอาหารอ่อน ควรหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มร้อนและที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์

## Eating and Drinking

ภายหลังการถอนฟัน ควรดื่มน้ำหรือเครื่องดื่มปริมาณมาก และรับประทานอาหารอ่อนที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ควรหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มร้อนและที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ ไม่ควรใช้หลอดดูด ให้เริ่มรับประทานปกติได้ในวันถัดไป หรือเมื่อสามารถเคี้ยวอาหารได้ตามปกติ สำหรับ 2-3 วันแรกควรเคี้ยวอาหารอีกข้างหนึ่งที่ไม่ได้ถอนฟัน เมื่อรู้สึกหายเป็นปกติให้เคี้ยวอาหารทั้งสองข้าง

## Follow-Up

ถ้ามีการเย็บแผลและต้องตัดไหมออก ทันตแพทย์จะนัดให้กลับมาตัดไหมที่โรงพยาบาล

