

# Zalecenia po ekstrakcji zęba



30min.

Założony tampon trzymać w ustach uciskając okolicę po ekstrakcji



2h

**nie jeść i nie pić** (zwłaszcza przez słomkę)



24h

**Nie palić** papierosów  
W miarę możliwości nie wydmuchiwać nosa



48h

Unikać dużego wysiłku fizycznego, np. ćwiczeń siłowych, biegania



48h

Po 24 godzinach od momentu usunięcia zęba można rozpocząć **płukanie jamy ustnej** wskazaną płukanką. Należy to robić bardzo ostrożnie, żeby nie wypłukać skrzepu



2dni

Spożywać **letnie potrawy**

W razie niepokojącego bólu lub innych niepokojących objawów zgłosić się do gabinetu (tel. 503 190 337)

