

Dr. med. dent. Franziska Barz-Popp*
Fach Zahnärztin für Oralchirurgie
Fach Zahnärztin für Parodontologie
Zahnärztin

Dr. med. dent. Tobias Gürtler*
Fach Zahnarzt für Oralchirurgie
Zahnarzt



DR. POPP, DR. GÜRTLER & KOLLEGEN

Praxis für Oralchirurgie, Parodontologie und Zahnmedizin
* Tätigkeitsschwerpunkt Implantologie

Dr. med. dent. Suzann Popp
Zahnärztin

Eva Härtel
Zahnärztin

VERHALTENSEMPFEHLUNGEN NACH PARODONTITISTHERAPIE

Liebe Patientin, lieber Patient,

mit der heutigen Sitzung haben Sie einen wichtigen Schritt zur Förderung Ihrer Mund- und Allgemeingesundheit getan. Damit alles optimal abheilt, bitten wir Sie, die folgenden Hinweise zu beachten:

Direkt nach dem Eingriff:

- **Allgemein:** keine Körperlichen Anstrengungen. Selten kommt es zu einer verstärkten Antwort des Immunsystems, welche sich in grippeähnlichen Symptomen äußert.
- **Essen & Trinken:** Bitte verzichten Sie in den ersten 2 Stunden nach der Behandlung auf Nahrung und Getränke. Essen Sie erst, wenn das volle Gefühl wiedergekehrt ist (Verletzungsgefahr).
- **Genussmittel:** Verzicht auf Tag der Behandlung auf Alkohol und Koffein. Der Konsum von Drogen bzw. Rauschmitteln ist strengstens zu unterlassen, da dies zu unvorhersehbaren Komplikationen führen kann.
- **Rauchen:** Verzicht auf mindestens 3 Tage auf das Rauchen – Rauchen erhöht die Wundinfektionsrate und begünstigt die Parodontitis. Dies gilt auch für Zigarettenersatzmittel wie Vapes und E-Zigaretten.
- **Zahnpflege:** eine disziplinierte Reinigung aller Zahnflächen ist die Grundlage für Heilungsprozesse. Dennoch setzen Sie bitte am Behandlungstag die Anwendung von Zwischenraumbürsten aus und starten am Folgetag wieder.
- **Wundruhe:** Vermeiden Sie übermäßiges Spülen und Spucken, da dies die Wundheilung gefährdet und zu einer deutlich höheren Nachblutungsgefahr führt.

Schmerzen & Medikamente:

- **Schmerzmittel:** Ibuprofen oder Paracetamol wirken schmerzlindernd und entzündungshemmend und können bei grippeähnlichen Symptomen helfen.
- **Antibiotika:** Falls Ihnen ein Antibiotikum verschrieben wurde, nehmen Sie dieses bitte wie mit Ihrem Behandler besprochen ein:
 - ab heute
 - nach dem Folgetermin am _____
- **Gerinnungshemmer:** pausierte Medikamente nehmen Sie in Absprache mit Ihrem Behandler wieder ein.

Was können Sie sonst noch tun?

- **Gesunder Lebensstil:** Alles, was Ihrem Immunsystem guttut, unterstützt auch die Parodontitistherapie. Ernähren Sie sich mediterran und ausgewogen, bewegen Sie sich an der frischen Luft und vermeiden Sie Stress.
- **Probiotika:** Beim Aufbau eines gesunden Mund-Mikrobioms und zur besseren Wundheilung helfen Probiotika (z. B. „Perio Balance“ aus der Apotheke). Diese werden über einen Zeitraum von 3 Monaten morgens und abends als Lutschtablette eingenommen.
- **Natürliche Entzündungshemmer:** Präparate wie Bromelain können unterstützend eingenommen werden. Wegen einer Erhöhung der Blutungsneigung sollten diese jedoch erst nach der Therapie und nicht in Kombination mit anderen „Blutverdünnern“ genutzt werden.

Nachsorge:

- **Kontrolltermin:** Die Nachsorge ist notwendig. Beim Auftreten stärkerer Schmerzen oder Schwellungen setzen Sie sich bitte mit unserer Praxis in Verbindung!
- Der **dauerhafte Erfolg** einer Parodontitistherapie hängt stark von Ihrer anschließenden **häuslichen Zahnpflege** und unserem **parodontale Nachsorgeprogramm UPT** ab. Letztere sollte anfänglich alle ____ Monate durchgeführt werden.

Sollten Sie noch weitere Fragen haben, wenden Sie sich jederzeit gerne an unser Praxisteam!