



Au Backe!
Schmerzen nach
einer Zahn-
Operation müssen
nicht sein



**Mit Mundspülungen
lieber noch warten**

WIE WUNDEN IM MUND RUCK, ZUCK HEILEN

Schneller fit nach der Zahn-OP

Wer hat das nicht schon erlebt: Nach der Zahn-OP sieht man plötzlich aus wie ein Hamster. Wir sagen, wie Sie danach schnell wieder fit werden.

„Wurde ein Zahn gezogen oder die Wurzel entfernt, so dauert die Wundheilung etwa ein bis zwei Wochen“, sagt Dr. Julia Thome, Zahnärztin im Kölner Carree Dental. Die „dicke Backe“ entsteht oft dadurch, dass das Gewebe überlastet ist und anschwillt. „In der Regel hilft das Auflegen von Kühlkompressen oder Eiswürfeln, immer in ein Tuch eingewickelt.“

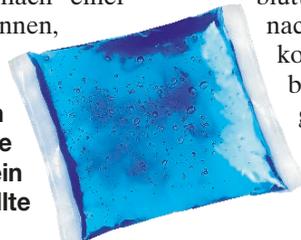
Am OP-Tag selbst sollte man besser weiche Nahrung bevorzugen sowie Koffein, Alkohol und Nikotin meiden. Um eine Verletzung des betäubten Weichgewebes auszuschließen, sollte auch noch an den folgenden Tagen

nichts Heißes getrunken werden, Tee lieber lauwarm genießen.

Mit ätherischen Ölen gegen Schwellungen

„Als Hausmittel haben sich Ingwer, Kamille oder Salbei als Tees oder Mundspülung bewährt. Sie wirken dank ihrer ätherischen Öle bei Schwellungen, Zahnfleischentzündungen und Blutungen desinfizierend, lindern Beschwerden und kräftigen das Zahnfleisch“, so Dr. Thome. „Wissenschaftlich nicht belegt ist, dass Butter und Milch die Wundheilung nach einer Zahn-OP stören können, wie zu hören ist.“

**Im Akutfall helfen
Kühlpads, die
man immer in ein
Tuch wickeln sollte**



Bei der Zahnpflege sollten Patienten eine weiche Bürste verwenden und den Bereich der Wunde einige Tage meiden. Auch mit klassischen Mundspülungen lieber anderthalb Wochen warten.

„Gerade ältere Patienten sollten sich zudem zwei, drei Tage schonen, auf Sport verzichten“, betont Dr. Thome. Der Arzt verschreibt im Bedarfsfall Schmerzmittel. „Auf gar keinen Fall sollte man ohne Rücksprache Aspirin einnehmen. Es kann die Blutgerinnung beeinflussen!“

Halten Schmerzen oder Nachblutungen noch am Tag nach dem Eingriff an, kommt es zu Schluckbeschwerden oder gar hohem Fieber, sollte der Zahnarzt konsultiert werden. ■

DAS NEUESTE aus der Medizin

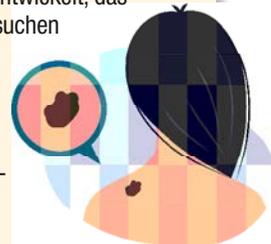
Impfung bekämpft Krankenhauskeime

Glücklicher Zufallsfund: Ein neu entwickelter Impfstoff könnte gegen häufige Krankenhauskeime und den Erreger Candida albicans, der Scheideninfektionen hervorruft, schützen. Die US-Wissenschaftler der University of California fanden das Vakzin bei Laborversuchen zu einem Schutz vor MRSA-Bakterien, die lebensgefährliche Infektionen verursachen. Weitere Studien folgen.

Spezial-Gel hilft gegen Hautkrebs

Das Plattenepithelkarzinom (Grafik) ist die zweithäufigste Form des weißen Hautkrebses. Dabei entstehen dicke Wucherungen, die nicht abheilen. US-Forscher haben nun ein Gel (NFX-179) entwickelt, das in Laborversuchen

die Entstehung von Metastasen verhinderte. Weitere Studien folgen.



Zu wenig Schlaf macht depressiv

Anhaltender Schlafmangel begünstigt offenbar Depressionen. Das ergab eine Studie vom University College of London, die Daten von über 7 000 Menschen im Durchschnittsalter von 65 Jahren gesammelt hat. Menschen, die fünf Stunden oder sogar weniger schliefen, hatten demnach ein 2,5-mal höheres Risiko, innerhalb der nächsten vier bis zwölf Jahre depressive Symptome zu entwickeln.