



Chao Pinhole Surgical Technique

1. Alhambra, CA 91706, USA Tel: +1 626 277 0000 2. München, Germany Tel: +49 89 77 47 43

Christian Bärenklau is PST **certified ADVANCED** PST Clinician by Dr John Chao Alhambra CA USA

www.praxis-baerenklau.de
info@praxis-baerenklau.de

Tel: +49 (0) 89 77 47 43

Christian Bärenklau
Lindwurmstr. 151
80337 München

Post-OP Anweisungen für 6 Wochen:

- 1.) **NICHT ÜBER DIE OPERIERTEN STELLEN MIT DER ZAHNBÜRSTE PUTZEN.**
- 2.) **KEINE ZAHNSEIDE.** Keine Elektrische Spülung (Water-Pik).
- 3.) **KEINE ELEKTRISCHE ZAHNBÜRSTE** benutzen, sondern nur eine Handzahnbürste.
- 4.) **NICHT MIT FINGERN, Objekten oder anderen Gerätschaften die operierten Stellen ANFASSEN.**
- 5.) Nicht über die betroffene Stelle mit der Zunge lecken oder drücken.
- 6.) **KEIN Wattestäbchen, Tuch, harte oder weiche Gegenstände zum Reinigen der op. Stelle benutzen.**
- 7.) Nicht mit den Händen an der Wange schlafen, wo operiert wurde.
- 8.) Keine Massagen an der betroffenen Stelle oder allgemein keine Gesichtsmassagen für 3 Wochen.
- 9.) In den ersten 6 Wochen die betroffene Stelle **NICHT EIGENSTÄNDIG ANSCHAUEN** oder untersuchen.
(zum Nachsehen müssten Sie an der Wange ziehen und schaden somit dem Heilungsprozess).
Verkrampfen Sie sich nicht auf den Heilungsverlauf, der Zahnarzt wird Sie bei jeder Kontrolle über die Fortschritte informieren.
- 10.) **NUR MIT OFFEN LIPPEN DEN MUND AUSSPÜLEN.**
- 11.) **NICHT DIE BACKEN** während des Spülens **AUFBLÄHEN**, Spülung vorsichtig bei offenem Mund durchlaufen lassen.
- 12.) Keine Blasinstrumente für 3 Wochen spielen- kein Tauchen oder Schnorcheln
- 13.) Nicht mit Strohalm trinken.
- 14.) Keine Luftballons aufblasen.

- 15.) Nicht Spucken.
- 16.) Keine Kaugummis oder Minzbonbons essen.
- 17.) Keine Zigaretten, e-Zigaretten oder Zigarren rauchen, kein Tabak kauen.
- 18.) Bitte tragen Sie falls verschrieben Ihre Knirsch-, Retainer-, oder Alignerschiene bis zu 24Std am Tag.
- 19.) Kein absichtliches Knirschen oder Pressen mit den Zähnen.
- 20.) Nicht schwer Heben, sodass die Zähne nicht aufeinander pressen.
- 21.) Kein Sport und keine körperlichen Anstrengungen für 3 Wochen.
- 22.) In den ersten 48 STUNDEN bitte die betroffenen Stellen KÜHLEN, um eine Schwellung zu vermeiden.
- 23.) Keine Angst, leichte SCHWELLUNGEN UND BLUTERGÜSSE sind in der ersten Woche NORMAL.
- 24.) ESSEN SIE KEINE harten oder klebrigen Sachen, die zwischen den Zähnen hängen bleiben können.
- 25.) KÄLTEEMPFINDLICHKEIT kann für 6 Wochen oder länger auftreten, dies ist nicht ungewöhnlich.
TEILEN SIE ALLE BESCHWERDEN/ Veränderungen dem Zahnarzt bei Kontrolluntersuchungen mit.
- 26.) BEI SCHMERZEN nehmen Sie eine Ibuprofen 600 ein bzw. sprechen Sie die Medikamente mit Ihrem Zahnarzt ab.
- 27.) BITTE KONTAKTIEREN SIE SOFORT DEN ARZT, WENN SIE UNERWARTET STARKE SCHMERZEN VERSPÜREN, ANHALTENDE BLUTUNGEN AUFTRETEN UND DIE OPERIERTE STELLE HEISS WIRD.
- 28.) Bitte kommen Sie zu folgenden Kontrollterminen in die Praxis: nach 24 Stunden, nach 1 Woche, nach 3 Wochen und nach 6 Wochen.
- 29.) Sechs Wochen nach der OP können Sie beginnen die Zähne an den betroffenen Stellen vorsichtig mit einer sehr weichen (speziell von uns zur Verfügung gestellten) Zahnbürste zu putzen.
Behalten Sie dies für 6 MONATE bei.

Unterschrift: _____ Datum: _____ (Tag der Operation)