



Unmittelbar nach der OP (erster Tag)

- Nicht essen/trinken, bis die Betäubung abgeklungen ist.
- Kühlen der Wange (z. B. mit Coolpacks) – 20 Min. kühlen, 20 Min. Pause, über 4 Stunden
- Kein Spülen des Mundes in den ersten 24 Stunden (Gefahr der Nachblutung).
- Blutdrucksteigernde Aktivitäten vermeiden (kein Sport, schweres Heben, Bücken).
- Kopf hochlagern, auch nachts – möglichst auf dem Rücken schlafen.
- Kein Rauchen und kein Alkohol (mindestens 48–72 Stunden).
- Blutstillung durch Aufbeißen auf Tupfer – etwa 30 Minuten lang.

In den ersten Tagen nach der OP

- Weiche, kühle bis lauwarme Nahrung – keine Krümel oder scharfen Speisen.
- Regelmäßige Mundhygiene, aber vorsichtig im OP-Bereich
- Schmerzmedikation nach Anweisung einnehmen (z. B. Ibuprofen, kein Aspirin!).
- Schwellung möglich – Höhepunkt oft am 2.–3. Tag, dann Rückgang.
- Leichte Blutungen sind normal

Nach etwa 10 Tagen

- Fäden ziehen lassen
- Wundkontrolle durch die Praxis.
- Normale Mundhygiene langsam wieder aufnehmen, sobald es der Heilungsverlauf erlaubt.