

## 拔牙注意事項



### 壹、拔牙當日應注意事項

- 一、拔牙後請咬棉球(紗布)30分鐘至1個小時，除非醫師另有指示。
- 二、1小時後將棉球(紗布)取出，傷口會輕微滲出血絲，此為正常現象，請勿緊張。
- 三、有血水分泌物請嚥下，不要用舌頭舔或吸吮傷口，也不要使用吸管吸取飲食，以免血塊形成不良，造成傷口再度出血。
- 四、拔牙後，當日勿漱口，1天後可用漱口水或開水輕漱。

### 貳、拔牙後應注意事項

- 一、冰敷：拔牙後會些微腫脹，拔牙後24-48小時內可局部冰敷傷口外側之臉頰，防止出血並減少腫脹，每次15分鐘，每天3至4次(如圖一)。
- 二、拔牙後應盡量維持充分睡眠及休息，多飲用水分。
- 三、遵照醫師指示按時服藥。
- 四、如有縫線請於7-10天後返回牙科門診拆線。
- 五、如有長久之疼痛、腫脹或大量出血或發燒現象等特殊狀況，請立即返診請醫師處理。



(圖一)冰敷

### 參、飲食注意事項

- 一、拔牙後 24 小時內不要吃熱食(圖二)，以溫冷流質食物為佳，(如牛奶或涼粥)，咀嚼食物可利用拔牙之對側牙齒，避免用拔牙側咀嚼。
- 二、飲食後請用漱口水或開水輕輕漱口，以清潔傷口及預防發炎，刷牙時要小心，避免碰觸傷口，切忌用力漱口及吐口水，妨礙傷口癒合。
- 三、拔牙後 3 天內嚴禁抽煙(圖三)、喝酒(圖四)，禁食檳榔(圖五)、喝咖啡或茶等刺激性食物。



禁菸 (圖四) 禁酒 (圖五) 禁檳榔

### 肆、諮詢服務電話

(02)89667000 轉 4391 (13G病房) 2201(牙科部櫃檯)  
(02)89669000 (預約掛號專線)

### 伍、參考資料

Yang, C. Y., Lo, H. L., & Niu, Y. Z. (2019). Oral Health in Schools and the Process of School Nursing Care. *Hu Li Za Zhi*, 66(1), 5-13.

### 陸、複習一下：

- 問題 1：( ) 拔牙後 1 小時後將棉球(紗布)取出，傷口會輕微滲出血絲，此為正常現象，請勿緊張。
- 問題 2：( ) 拔牙後會有些微腫脹，拔牙後 24-48 小時內可局部冰敷傷口外側之臉頰，可防止出血並減少腫脹。
- 問題 3：( ) 拔牙後如有無法忍耐之疼痛、腫脹或大量出血或發燒現象等特殊狀況，請立即返診請醫師處理

正確答案：

問題 1：○ 問題 2：○ 問題 3：○

亞東紀念醫院 祝您健康

編印單位:護理部 13G (Dent-001)  
編印日期:2008 年 06 月 30 日第 1 版  
修訂日期:2023 年 03 月 24 日第 4 版  
全院編碼:亞東醫院出版品 (SH439)  
材物編碼: MS4905Z051  
宗旨: 持續提升醫療品質  
善盡社會醫療責任  
願景: 成為民眾首選的醫學中心