दन्त उपचार विधि पश्चात स्याहार

आज तपाईंको बच्चाको दन्त उपचार विधि गरियो। उक्त निर्देशनहरूले तपाईं घरमा जाँदा उनीहरूको स्याहार गर्न तपाईंलाई सहायता गर्नेछ।

दुख्ने, असुविधा वा ज्वरोको स्याहार

तपाईंको बच्चा:

- लाई हल्का ज्वरो (102 डिग्री भन्दा कम) हुन सक्छ
- उनीहरूलाई सास फेर्न सहायता गर्ने नलीको कारण घाँटी दुख्न सक्छ
- उनीहरूको दाँतमा काम गरेको कारण असुविधा हुन सक्छ

दुखाइ र ज्वरोमा कमी ल्याउन प्रत्येक तीन घण्टामा पालै पालो टाइलेनोल (एसिटामाइनोफिन) [Tylenol (acetaminophen)] तथा मोट्रिन (इबुप्रोफिन) [Motrin (ibuprofen)] दिनुहोस्। (उदाहरणको लागि, टाइलेनोल दिनुहोस्, तीन घण्टा पछि मोट्रिन दिनुहोस्, तीन घण्टा पछि टाइलेनोल दिनुहोस्, र यसै गरि गर्नुहोस्।)

- दुवै पालै पालो नगरेको भए, डब्बकाको निर्देशनहरू अनुसार टाइलेनोल वा मोट्रिन एक्ला एक्लै दिनु पर्छ।
- घरमा टाइलेनोल तथा मोट्रिन दिनु भन्दा पहिला, यी औषधिहरूका लागि तपाईंको डिस्चार्ज कागजातमा हेर्नुहोस्। तपाईंको बच्चाले अस्पतालमा हुँदा देखिनै टाइलेनोल वा मोट्रिन सुरु गरेको हुन सक्छ।
- यदि तपाईंलाई आफ्नो बच्चाको टाइलेनोल वा मोट्रिनको खुराकका बारेमा प्रश्नहरू भए वा तपाईंको बच्चालाई दुई वा तीन दिन भन्दा धेरै दुखाइ कम गर्न आवश्यक भएमा, तपाईंको सेवा प्रदायकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

उपचार विधि पश्चात तपाईंको बच्चाको दाँतको टोकाइ फरक महसुस हुन सक्छ। तपाईंको बच्चाको दाँतको टोकाइ एक दुई हप्तामा सामान्य महसुस हुनुपर्छ।

खाने पिउने

- पर्याप्त मात्रामा प्रस्ट तरल (स्याउको रस, चिकन सुप, पप्सिकल्स, जेल-ओ) पिउनुहोस्।

- एनेस्थेसियाका साथमा हुने उपचार विधि पश्चात बान्ता (उल्टि हुने) हुन सक्छ। यदि तपाईंको बच्चा धेरै बेर देखि अत्यन्त मात्रामा उल्टि हुने गर्दैछ भने, तपाईंको बच्चाको सेवा प्रदायकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।
- फ्लोराइडलाई राम्ररी दाँतमा मिल्न दिन उपचार विधि पछि दुई घण्टा सम्म गरम र चुरचुरे खाद्य नखानुहोस्।

ब्रश गर्ने तथा फ्लश गर्ने

उपचार विधिको भोलिपल्ट बिहान सामान्य ब्रश गर्ने तथा फ्लश गर्ने सुरु गर्नुहोस्।

- दिनमा दुई पटक ब्रश गर्नुहोस्, प्रत्येक दिन फ्लश गर्नुहोस्।
- दाँत निकाल्ने (दाँत निकाल्ने) ठाउँको छेउछाउ ब्रश गर्ने गर्दा विस्तारै गर्नुहोस्।
- सेतो क्याप तथा चाँदी रङ्गको क्यापलाई सामान्य दाँत जस्तै ब्रश गर्नुहोस्।

उपचार विधि पश्चात तपाईंको बच्चाको दाँतमा लगाइएको फ्लोराइडको कारण च्याटच्याट, परत जस्तो, वा फोहर देखिन सक्छ।

स्टिलको क्राउन (चाँदी रङ्गको क्याप)

चाँदी रङ्गको क्यापहरू सामान्यतया दाँतमा टाँसिएको हुन्छ। खाने पिउने खण्डको नियमहरू पालन गर्न नभुल्नुहोला!

- यदि कुनै क्याप निस्क्यो भने, तपाईंको दन्त चिकित्सकलाई तुरुन्तै कल गर्नुहोस्। दन्त चिकित्सकले तपाईंको बच्चालाई हेर्नु पर्छ।
- सही उमेरमा क्याप तथा दाँत सँगै एउटै टुक्रा जस्तो झर्नेछ।
- क्यापलाई दाँतबाट तान्न सक्ने टाँसिने खाद्यवस्तु जस्तै फ्रुट सन्याक र चुइगम बाट बँच्नुहोस्।

स्ट्रिप वा जिरकोना क्राउन (सेतो क्याप)

सेतो क्यापहरू सजिलै फुट्न सक्ने हुन्छन्। खाने पिउने खण्डको नियमहरू पालन गर्न नभुल्नुहोला!

- सही उमेरमा क्याप तथा दाँत सँगै एउटै टुक्रा जस्तो झर्नेछ।
- गाजर तथा स्याउ जस्ता कडा खाद्यहरूलाई ससाना टुक्राहरूमा काट्नुहोस्। ससाना टुक्राहरूलाई पछाडिको दाँतले चबाउनुहोस्।

निकाल्ने (दाँत निकाल्ने)

यदि लट्याउने औषधिको प्रयोग गरेको भए, यो उपचार विधि पश्चात 2 वा धेरै घण्टा सम्म रहनेछ।

- लट्याउने औषधिले गर्दा तपाईंको बच्चाले ओठ, गाला, वा चिब्रोमा संवेदन महसुस गर्न सक्दैन।
- लट्याउने औषधिमा केही बच्चाहरूले उनीहरूको अनुहारमा टोक्ने, चिमोट्ने, तान्ने, चुस्ने, मोल्ने, वा खोस्रने सक्छन्। यसबाट गम्भीर क्षति हुन सक्छ।
- तपाईंको बच्चाको हात उनीहरूको अनुहारबाट टाढा राख्नुहोस्।
- तपाईंको बच्चालाई उनीहरूको गाला वा ओठमा टोक्ने वा चुस्ने नगर्नु भनेर सम्झाउनुहोस्।

रक्तस्राव रोक्न कहिलेकाहीँ दाँतमा भर्ने सामग्री राखिन्छ। एक दुई हप्तामा यो भरेको वस्तु झर्छ वा घोलिन्छ (विलिएर जान्छ)।

यदि सिलाई गरिएको छ भने, एक दुई हप्ता आफैं विलाउँछ। यदि तपाईंको बच्चाको सिलाई भिन्नै प्रकारको छ भने, तपाईंको सेवा प्रदायकले तपाईंलाई बताउने छन्।

दाँत निकाल्ने पछि एक हप्ता सम्म स्ट्रबाट नचुस्नुहोस् वा जोडले नथुक्नुहोस्। यसको कारण निको हुँदै गरेको ठाउँबाट रगत आउन सक्छ।

धेरै दिन सम्म पिरो, नुनिलो, अमिलो खाद्यहरूबाट टाढा रहनुहोस्। निको हुँदै गरेको गिजामा यसले असुविधा उत्पन्न गर्न सक्छ।

धेरै दिन सम्म चिप्स, पपकर्न, वा मुङ्गफली जस्ता धेरैवटा टुक्रा पर्ने कुरकुरे खाद्यहरू सेवन नगर्नुहोस्। खाद्यवस्तु दाँतमा अड्किन सक्छ जसको कारण समस्या उत्पन्न हुन्छ।

रक्तस्राव भए के गर्नु

दाँत निकालेपछि केही रक्तस्राव वा स्राव सामान्य हुन्छ। राल गुलाबी देखिन सक्छ वा बच्चाले धातुको स्वाद भएको गुनासो गर्न सक्छ।

रक्तस्राव रोकिएन भने वा गाडा रातो रङ्गको भए यसमा कमी ल्याउनु पर्छ।

रक्तस्रावमा कमी ल्याउन, तपाईंको बच्चालाई:

- कुनै भिजाएको गज वा भिजाएको कपडामा 20 मिनट सम्म टोक्न लगाउनुहोस्।
- यदि यसबाट फाइदा भएन भने, कुनै चिसो टि ब्यागलाई टोक्नुहोस्।
- यदि 20 मिनट पछि पनि रक्तस्राव रोकिएन भने, तपाईंको दन्त चिकित्सकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

फोलो अप स्याहार

तपाईंको बच्चाको दन्त चिकित्सकले फोलो अप स्याहार आवश्यक पर्छपर्दैन र पर्छभने कहिले भनेर तपाईंलाई भन्नेछन् ।

प्रत्येक 6 महिनामा तपाईंको दन्त चिकित्सक कहाँ नियमित भिजिटमा जाने योजना बनाउनुहोस् ।

यदि तपाईंले सिनसिनाटी बाल अस्पताल बाल दन्त क्लिनिक (Cincinnati Children’s Hospital Pediatric Dental Clinic) मा नियमित दन्त स्याहार गर्ने योजना बनाएमा, कृपया समय निर्धारण केन्द्रको (Scheduling Center) (513) 636-4641 मा कल गनुहोर्स् ।

संशोधन 5/2023 डा स्कट स्वार्ज द्वारा