معالجة الألم بعد رعاية طب الأسنان

OPEN
Evidence. Resources. Engagement.

الأدوية التي تصرف بدون وصفة طبية

السلامة الدوائية

- **ناقش كل الأدوية والمعادن والفيتامينات والمكملات الغذائية مع طبيب الأسنان أو الصيدلي قبل أن تتناولها.**
- لا تتناول أكثر من الجرعة اليومية القصوى المسموح بها، ما لم تتلقّ توجيهات بغير ذلك من الطبيب.
- والجرعات اليومية القصوى لكل الأدوية مدرجة على ملصقات الزجاجات.

أسيتامينوفين (ACETAMINOPHEN) (تايلينول (Tylenol®))

- لا تستخدمه إذا كنت مصابًا بمرض كبدي.
- لا تشرب الكحول أثناء فترة تناولك أسيتامينوفين (acetaminophen).
- راجع كل الأدوية مع الصيدلي لتتحقق إن كانت تحتوي على كمية إضافية من الأسيتامينوفين (acetaminophen) (مثل أدوية نزلات البرد أو السعال).

إيبوبروفين (IBUPROFEN) (موترين (Motrin® أو أدفيل (Advil®)):

- قبل تناول إيبوبروفين (ibuprofen)، ناقش طبيب الأسنان أو الصيدلي إذا كنت:
  - مصابًا بتاريخ مع قرحة المعدة أو النزيف
  - مصابًا بحالة مرَضية في القلب
  - مصابًا باضطرابات نزفية أخرى
  - تلقيت أدوية مسيلة (مرققة) للدم
  - مصابًا بمرض كلوي (مرض الكلى)
- تتناول إيبوبروفين (ibuprofen) مع الطعام.
- اسأل طبيب الأسنان عن سيليكوكسيب (celecoxib) إذا لم يكن في إمكانك استخدام إيبوبروفين (ibuprofen).

تم تطوير المعلومات التي تضمها هذه النشرة بواسطة Michigan OPEN *للمريض النمطي المصاب بحالتك. وهي لا تحل محل النصيحة الطبية من مقدم الرعاية الصحية الخاص بك؛ لأن تجربتك قد تختلف عن تجربة المريض النمطي. ينبغي مناقشة الأسئلة المتعلقة بهذه الوثيقة أو بحالتك أو بعلاجك مع مقدم الرعاية الصحية.*

Michigan-OPEN.org

يتم تمويل Michigan OPEN *جزئيًا من قبل إدارة الصحة والخدمات الإنسانية في ميتشيغان* (Michigan Department of Health and Human Services).
03.2021

معالجة الألم

في أول 3 أيام

بعد خضوعك للإجراء، استخدم أسيتامينوفين (acetaminophen) وإيبوبروفين (ibuprofen) **معًا** في *المواعيد المنتظمة والمجدوَلة*:

9 صباحًا	أسيتامينوفين (acetaminophen) وإيبوبروفين (ibuprofen)	1000 ملجم (*قرصان* 500 *ملجم*) 600 ملجم (3 *أقراص* 200*ملجم*)
3 مساءً	أسيتامينوفين (acetaminophen) وإيبوبروفين (ibuprofen)	1000 ملجم (*قرصان* 500 *ملجم*) 600 ملجم (3 *أقراص* 200*ملجم*)
9 مساءً	أسيتامينوفين (acetaminophen) وإيبوبروفين (ibuprofen)	1000 ملجم (*قرصان* 500 *ملجم*) 600 ملجم (3 *أقراص* 200*ملجم*)

بعد 3 أيام

لا تتناول الأدوية إلا إذا كنت تشعر بالألم.

ويمكن أن تختار كذلك تناول أسيتامينوفين (acetaminophen) وحده *أو* إيبوبروفين (ibuprofen) وحده بدلا من تناولهما *مع*، عند اللزوم، في حالة الانزعاج الخفيف.

يعد الدواء جزءًا **واحدًا** فقط من خطة علاج الألم. استمر في استخدام **الخيارات غير الدوائية** للمساعدة على معالجة الألم:

الخيارات غير الدوائية

قراءة كتاب

الاستماع إلى الموسيقى

مشاهدة التلفاز

التفكير العميق الهادئ أو التأمل يوميًا

تتبع الخيارات المذكورة أدناه حسب توجيهات طبيب الأسنان

الثلج

نظام غذائي قائم على الطعام اللين

تدليك المنطقة التي عالجها طبيب الأسنان

ناقش:

طبيب أسنانك بشأن:

- كل الأدوية التي تتناولها، بما في ذلك:
  - مضادات الاكتئاب (مثل بروزاك (Prozac®) أو سيليكسا (Celexa®))
  - المسكنات الأفيونية (مثل فيكودين (Vicodin®) أو نوركو (Norco®))
  - المهدئات (مثل أمبين (Ambien®) أو سيروكويل (Seroquel®))
  - البنزوديازيبينات (مثل فاليوم (Valium®) أو زاناكس (Xanax®)، أو كلونوبين (Klonopin®))
  - الأدوية المسكنة الأخرى التي تصرف بوصفة طبية
  - الأدوية غير القانونية
- إذا كان يمكنك تناول أدوية تصرف بدون وصفة طبية لعلاج الألم، مثل أسيتامينوفين (acetaminophen) (تايلينول (Tylenol®)) أو إيبوبروفين (ibuprofen) (موترين (Motrin®) أو أدفيل (Advil®)) لعلاج شعورك بالألم.
- ما ينبغي لك القيام به إذا لم يُعالَج الألم.

فهم

الألم بعد الخضوع لإجراء

أمور يتعين عليك معرفتها:

- يكون سبب ألم الأسنان غالبًا التهاب (تورم) الأنسجة بسبب الإجراء أو مشكلة الأسنان.
- ألم الأسنان:
  - يسمى ألمًا حادًا ولا يستمر لفترة طويلة
  - طبيعي ويكون في أسوأ حالاته في أول 1-3 أيام
- ينبغي السيطرة بشكل جيد على الألم عن طريق جدول زمني لأدوية تُصرف بدون وصفة طبية أسيتامينوفين (acetaminophen) (تايلينول (Tylenol®)) وإيبوفرين (ibuprofen) (موترين (Motrin®) أو أدفيل (Advil®)).

إذا أصبت بألم شديد لا يُعالج **<u>بالاستخدام المنتظم والمُجدول</u>** لكل <u>من</u> أسيتامينوفين (acetaminophen) وإيبوبروفين (ibuprofen)، يرجى الاتصال بطبيب الأسنان.