

NAZORG NA MUCOGINGIVALE CHIRURGIE

Nazorg na uw tandvleestransplantatie

Een tandvleestransplantatie moet de eerste weken rustig kunnen ingroeien. Met de instructies in deze folder beschermt u het transplantaat, verzorgt u het gehemelte en geeft u het tandvlees de beste kans op een mooi en blijvend resultaat. Kreeg u persoonlijk ander advies van uw tandarts, volg dan dat advies.

IN HET KORT

- ___ Raak de behandelde zone niet aan en trek uw lip niet op om te kijken
- ___ Poets de behandelde zone niet tot uw tandarts het toelaat
- ___ Spoel 2× per dag met het voorgeschreven mondspoelmiddel
- ___ Eet zacht en lauw, en kauw aan de andere kant
- ___ Rook niet: roken vermindert het resultaat duidelijk

STAP VOOR STAP

De eerste dagen en weken

EERSTE 24 UUR Rust en koelen Koel de wang of lip aan de buitenkant met tussenpozen (20 minuten aan, 20 af). Niet krachtig spoelen of spuwen, en eet niets warmes zolang de verdoving werkt.	DAG 2 TOT 14 Beschermen Spoel twee keer per dag met het voorgeschreven mondspoelmiddel. Poets de rest van uw gebit gewoon, maar sla de behandelde zone over.
NA 1 À 2 WEKEN Hechtingen eruit Bij de controle worden de hechtingen verwijderd. U krijgt dan uitleg hoe u de zone voorzichtig met een extra zachte borstel kunt beginnen poetsen.	DE MAANDEN NADIEN Rijpen Het tandvlees rijpt nog enkele maanden verder. Kleur en vorm worden geleidelijk natuurlijker; het eindresultaat is na enkele maanden zichtbaar.

BELANGRIJK

Laat het transplantaat met rust.

Een transplantaat groeit pas vast als het de eerste weken **niet beweegt**. Trek daarom uw lip of wang niet op om te kijken, raak de zone niet aan met tong of vinger, en poets er niet tot uw tandarts dat toelaat. Kauw aan de andere kant.

Rook niet, zeker niet tijdens de genezing. Uit overzichtsstudies blijkt dat bij rokers de wortel duidelijk minder bedekt wordt dan bij niet-rokers. Rokers en wie rond de ingreep stopt, ervaren ook meer napijn dan niet-rokers.

Verzorging van het gehemelte

Meeste pijn in het gehemelte

Het gehemelte is meestal de gevoeligste plek, vooral de eerste dagen. Een branderig gevoel is normaal en neemt geleidelijk af. Neem pijnstilling zoals voorgeschreven.

Lichte bloeding

Wat bloed uit het gehemelte de eerste dag is normaal. Bloedt het echt? Druk 20 à 30 minuten stevig met een vochtig gaasje of een schone, opgevouwen zakdoek op de wonde.

Beschermplaatje

Kreeg u een plaatje voor het gehemelte, draag het dan zoals afgesproken. Onderzoek toont dat zo'n plaatje de pijn de eerste dagen vermindert. Haal het enkel uit om het te reinigen.

Genezing

De wonde in het gehemelte sluit zich geleidelijk over enkele weken. Een tijdelijk doof of tintelend gevoel in het gehemelte verdwijnt meestal vanzelf.

KLACHTEN NA DE INGREEP

Pijn, zwelling en medicatie

Pijnstilling

Neem pijnstillers volgens het advies van uw tandarts of de bijsluiter. Ontstekingsremmende pijnstillers zoals ibuprofen helpen het best, tenzij u ze niet mag nemen. Overleg eerst als u zwanger bent, bloedverdunners neemt of maag- of nierproblemen heeft.

Zwelling en verkleuring

Lichte zwelling van lip of wang, soms met een blauwe plek, is normaal en is meestal na enkele dagen over. Koel de eerste 24 tot 48 uur met tussenpozen.

Mondspoelmiddel

Chloorhexidine houdt de zone schoon zolang u er niet mag poetsen en verbetert de vroege wondgenezing. Spoel zachtjes, meestal 2 weken. Het kan tijdelijk bruine verkleuring van tanden en tong geven.

Uitzicht van het transplantaat

Een transplantaat ziet er de eerste dagen vaak wit of grijsachtig uit. Dat is normaal: het weefsel wordt geleidelijk weer roze naarmate het ingroeit.

TIJDENS DE GENEZING

Wat mag, en wat niet

WEL DOEN

- ✓ Eet de eerste dagen zacht en lauw of koel: yoghurt, soep (niet heet), puree, pasta
- ✓ Kauw aan de andere kant van uw mond
- ✓ Poets de rest van uw gebit gewoon, behalve de behandelde zone
- ✓ Spoel zachtjes met het voorgeschreven middel
- ✓ Kom naar de controle voor het verwijderen van de hechtingen

NIET DOEN

- ✗ Niet roken, en geen alcohol de eerste dagen
- ✗ Uw lip of wang niet optrekken om te kijken
- ✗ De behandelde zone niet poetsen of flossen tot het mag
- ✗ Geen harde, krokante, pittige of hete voeding de eerste week
- ✗ Geen zware inspanning of sport de eerste dagen

Het resultaat behouden

Zacht poetsen

Te hard of horizontaal poetsen is een veelvoorkomende oorzaak van terugtrekkend tandvlees. Gebruik een zachte borstel en poets met kleine, rustige bewegingen van het tandvlees naar de tand toe.

Regelmatige controle

Kom regelmatig op controle en voor een professionele reiniging, zodat we het tandvlees kunnen opvolgen en tijdig bijsturen.

Dik en stevig tandvlees

Hoe dikker en steviger het tandvlees na de genezing, hoe stabiel de tandvleesrand op lange termijn blijft. Een goede genezing in de eerste weken is daarom belangrijk.

Niet roken

Ook op lange termijn heeft roken een negatieve invloed op het tandvlees. Vraag gerust naar begeleiding om te stoppen.

NEEM CONTACT OP

Wanneer belt u de praktijk?

Bel ons op **03 502 78 13** als:

- het gehemelte of de behandelde zone blijft bloeden na 30 minuten stevige druk
- het transplantaat zichtbaar loskomt of verschuift
- pijn of zwelling na dag 3 opnieuw toeneemt, of u koorts krijgt
- er pus of een vieze smaak blijft
- een hechting loskomt en het transplantaat beweegt
- het beschermplaatje niet meer goed past of pijn doet

VEELGESTELDE VRAGEN

Over de nazorg

Waarom ziet het transplantaat er wit uit?

De eerste dagen heeft het transplantaat nog weinig doorbloeding en ziet het er vaak wit of grijsachtig uit. Naarmate er nieuwe bloedvaatjes ingroeien, wordt het weer roze. Dat is een normaal deel van de genezing.

Wanneer mag ik de behandelde zone weer poetsen?

Uw tandarts zegt u wanneer u mag beginnen, meestal bij het verwijderen van de hechtingen. U start dan voorzichtig met een extra zachte, chirurgische tandenborstel en bouwt geleidelijk op.

Hoelang doet het gehemelte pijn?

De pijn is het grootst in de eerste dagen en neemt daarna geleidelijk af. De wonde in het gehemelte is meestal binnen enkele weken genezen. Een beschermplaatje kan de eerste dagen helpen.

Wanneer zie ik het eindresultaat?

Het tandvlees rijpt nog enkele maanden na de ingreep. Kleur, vorm en dikte worden geleidelijk natuurlijker. Het definitieve resultaat beoordelen we na enkele maanden.

Mag ik sporten?

Vermijd sport en zware inspanning de eerste dagen. Daarna kunt u rustig opbouwen. Vermijd contactsporten zolang de zone nog gevoelig is.

Mag ik roken na de ingreep?

Liefst niet. Roken vermindert de doorbloeding van het transplantaat en zorgt gemiddeld voor een duidelijk minder goed resultaat. Rokers hebben bovendien meer pijn.

AMIDENTIS — NAZORG TANDVLEESTRANSPLANTATIE

ADRES Bredabaan 792 2930 Brasschaat	TELEFOON 03 502 78 13
E-MAIL info@amidentis.be	OPENINGSUREN Ma, wo, do 9–18u · di 9–19u · vr 9–16u

WETENSCHAPPELIJKE ONDERBOUWING

1. Heitz et al. Effects of post-surgical cleansing protocols on early plaque control in periodontal and/or periimplant wound healing. J Clin Periodontol, 2004.
2. Graziani et al. Early periodontal wound healing after chlorhexidine rinsing: a randomized clinical trial. Clin Oral Investig, 2024.
3. Solderer et al. Efficacy of chlorhexidine rinses after periodontal or implant surgery: a systematic review. Clin Oral Investig, 2018.
4. Basma et al. Patient-reported outcomes of palatal donor site healing using four different wound dressing modalities. J Periodontol, 2022.
5. D'Ambrosio et al. Palatal graft harvesting site healing and pain management: an umbrella review. Applied Sciences, 2024.
6. Figueras-Álvarez et al. Postoperative complications at the palatal donor site following autologous soft tissue grafting. BMC Oral Health, 2026.
7. Scott et al. Donor site wound healing following free gingival graft surgery using platelet rich fibrin. J Periodontol, 2024.
8. Cardoso et al. Evaluation of postoperative pain in patients submitted to periodontal surgeries. Ann Med, 2021.
9. Chambrone et al. The influence of tobacco smoking on the outcomes achieved by root coverage procedures. J Esthet Restor Dent, 2024.
10. Barootchi et al. Soft tissue phenotype modification predicts gingival margin long-term (10-year) stability. J Clin Periodontol, 2022.

Amidentis, Bredabaan 792, 2930 Brasschaat. Deze folder is een aanvulling op de persoonlijke instructies van uw tandarts en vervangt geen individueel advies. Bij twijfel of klachten neemt u steeds contact op met de praktijk.