രോഗികൾക്കുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങൾ

1. പല്ലെടുത്ത ഭാഗത്ത് ഒരു മണിക്കൂർനേരം പഞ്ഞി കടിച്ചുപിടിക്കണം. അതിന് ശേഷം പഞ്ഞി എടുത്തുകളയുക. പല്ല് എടുത്ത ഭാഗത്ത് കട്ട പിടിച്ച രക്തം ഇളകിപ്പോകാതിരിക്കുവാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.

2. പല്ല് എടുത്ത ഭാഗത്ത് എല്ല് തെളിഞ്ഞു കാണാവുന്നതാണ്. അവിടെ വിരലോ നാക്കോ, മറ്റ് വസ്തുക്കൾ കൊണ്ടോ തൊടരുത്.

3. പല്ല് എടുത്ത ദിവസം തണുത്തതും ലഘുവായതുമായ ആഹാരങ്ങൾ മാത്രം കഴിക്കുക.

4. പല്ല് എടുത്ത ശേഷം ചിലപ്പോൾ 24 മണിക്കൂർ വരെ കുറേശ്ശെയായി രക്തം വരുവാൻ സാദ്ധ്യതയുണ്ട്. അധികമായി രക്തം സ്രവിക്കുകയാണെങ്കിൽ ഡോക്ടറെ സമീപിക്കേണ്ടതാണ്.

5. ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരമുള്ള മരുന്നുകൾ യഥാക്രമം കഴിക്കുക.

6. പല്ല് എടുത്ത ഭാഗത്ത് കവിളിന് പുറത്ത് അന്നേദിവസം ഐസ് തുണിയിൽ പൊതിഞ്ഞു വെയ്ക്കുന്നത് നന്നായിരിക്കും.

7. പല്ല് എടുത്ത ദിവസം കഠിനാദ്ധ്വാനം ഒഴിവാക്കുക.

8. പല്ല് എടുത്തശേഷം ആ ഭാഗത്ത് ചൂടുവെയ്ക്കരുത്.

9. പല്ല് എടുത്തതിന്റെ അടുത്ത ദിവസം മുതൽ ഉപ്പുവെള്ളം ചെറുചൂടോടെ വായിൽ കൊള്ളുക

10. മരുന്നുകൾ കഴിക്കുമ്പോൾ ചൊറിച്ചിലോ, മറ്റ് അസ്വസ്ഥകളോ ഉണ്ടാവുകയാണെങ്കിൽ കഴിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന മരുന്നു നിർത്തി എത്രയുംവേഗം ഡോക്ടറെ വിവരം ധരിപ്പിക്കേണ്ടതാണ്.

11. പല്ല് എടുത്തശേഷം അല്പം നീരുണ്ടാവുക സ്വാഭാവികമാണ്. മരുന്നുകൾ യഥാസമയം കഴിക്കുക.

12. പല്ല് എടുത്ത ദിവസം പുകവലി, മുറുക്ക്, മദ്യപാനം എന്നിവ കർശനമായും ഒഴിവാക്കേണ്ടതാണ്.