

CONSEILS POST-OPERATOIRES

Vous venez de subir une **intervention de chirurgie orale** ce qui entraîne une réaction inflammatoire au niveau du/des site(s) opéré(s). Cette réaction inflammatoire est **normale** et fait partie du processus de cicatrisation de votre organisme.

Elle comprend le plus souvent : un **oedème (gonflement)** plus ou moins important, des **douleurs** plus ou moins vives et persistantes selon les personnes et le type de chirurgie, parfois un **hématome** et parfois un **trismus** (difficulté à ouvrir la bouche) . **Ces suites post-opératoires sont normales et disparaîtront entre le 3ème et 7ème jour suivant l'intervention.**

Quelques précautions sont nécessaires afin d'éviter les complications, d'assurer une cicatrisation rapide et de diminuer le plus possible les suites post-opératoires :

- **INTERDIT LE JOUR DE L'OPERATION** : Café, thé noir, boisson chaude, alcool, comprimé d'aspirine et la nicotine.
- **MEDICATION** : Il est impératif de suivre scrupuleusement l'ordonnance qui vous a été remise. L'arrêt prématué d'un médicament doit se faire en accord avec le praticien. Si des signes d'intolérances apparaissent (douleurs d'estomac, rougeur...), prendre contact avec le praticien ou avec le médecin traitant. L'efficacité de certains moyens de contraception peut être diminuée.
- **DOULEUR** : Prendre les médicaments prescrits contre la douleur avant son apparition et dès l'heure suivant l'intervention. L'aspirine est contre-indiquée.
- **OEDEME** : Pour diminuer autant que possible le gonflement postopératoire (le gonflement est à son maximum au bout de 48 heures), appliquer une poche de glace 15 minutes par heure dès la fin de l'intervention durant les deux premiers jours. Un bon refroidissement diminue de manière considérable l'oedème.
- **HEMOSTASE** : Pour éviter les saignements postopératoires, la plaie ne doit être ni aspirée ni touchée (avec les doigts ou la langue). Dans tous les cas, éviter de cracher et de vous rincer la bouche pendant 48 heures malgré le goût de sang. Ne pas s'inquiéter si un saignement discret teinte la salive en rose ou si des petites gouttes de sang sont retrouvées sur l'oreiller les 3 premiers jours suivant l'interventions. En cas de persistance du saignement, placer une compresse de gaze stérile (disponible en pharmacie) au niveau de la plaie et mordre fermement pendant 1 heure. A renouveler jusqu'à l'arrêt des saignements. Si les saignements sont plus importants, placer une compresse de gaze stérile imbibée d'Exacyl* (disponible en pharmacie) au niveau de la plaie et mordre fermement pendant 1 heure. A renouveler jusqu'à l'arrêt des saignements.
- **HEMATOME** : Un hématome de la joue et/ou du cou peut survenir dans les jours suivant l'intervention. Il est sans gravité et disparait habituellement en une semaine.
- **HYGIENE BUCCALE** : Les 5 premiers jours suivant l'opération, le nettoyage des dents et des gencives se fait avec une brosse à dent souple ("brosse à dent chirurgicale" disponible en pharmacie) en évitant la zone de la plaie. Il vous a été prescrit un bain de bouche à commencer 48 heures après l'intervention, celui-ci devra être utilisé plusieurs fois par jour sans rincer fortement (pas de gargarisme et cracher doucement).
- **ALIMENTATION** : Le temps de l'anesthésie (qui peut durer plusieurs heures), vous ne devez pas manger ou boire chaud pour éviter le risque de morsure ou de brûlure. Les 3 premiers jours postopératoires, la nourriture doit être légère, molle et ne doit pas être chaude (tiède ou froide).
- **PRELEVEMENT OSSEUX** : Après un prélèvement osseux mandibulaire, vous devez pendant 6 semaines vous restreindre à de la nourriture molle (poisson, oeufs brouillés, nouilles, purée...) afin de limiter le risque de fracture mandibulaire.
- **REPOS** : Eviter toute activité physique pendant 2 à 4 jours.
- **ALCOOL ET TABAC** : Ils sont formellement contre-indiqués pendant 1 semaine car ils perturbent la coagulation et la cicatrisation.
- **INTERVENTION SINUS** : Pendant le premier mois suivant l'intervention, nous vous demanderons de ne pas vous moucher mais de vous essuyer le nez ainsi que d'éternuer en laissant la bouche ouverte sans se pincer le nez afin d'éviter d'augmenter la pression intrasinusienne. Il est déconseillé de se rendre à la piscine ou de prendre l'avion les 8 premiers jours postopératoires. Un léger saignement du nez les premiers jours qui suivent l'intervention est possible et tout à fait normal.
- **CONTRÔLE** : N'oubliez pas votre rendez-vous de contrôle 15 jours après l'intervention afin de déposer les fils de sutures et de contrôler la bonne cicatrisation.

En cas d'urgence et/ou si une complication venait à arriver (saignements importants et/ou persistants, douleurs excessives, difficultés à respirer et/ou déglutir, fièvre supérieure à 38°C...), il est indispensable de contacter immédiatement le cabinet dentaire.

Si le cabinet est fermé, il faut composer le 15.