

CHIRURGIE : CONSEILS POST-OPÉRATOIRES

Que vous ayez subi une simple extraction de dent, une ablation de dent incluse ou un acte chirurgical plus complexe, voici quelques conseils à suivre à domicile et qui vous permettront d'atténuer, voir d'éviter les complications post opératoires.

- Prenez votre médication en suivant la prescription. Si des antibiotiques vous sont prescrits, vous devez prendre **TOUS** les comprimés afin de combattre l'infection.
- En cas de saignement, mordez légèrement dans des compresses de coton placées dans votre bouche, en maintenant une pression constante pendant environ 30 minutes. Si vous constatez, après avoir retiré les compresses, que le saignement est encore abondant, vous pouvez en remettre d'autres (ou un sac de thé mouillé et essoré) et mordre dessus encore 30 minutes, en maintenant toujours une pression constante. Un léger saignement est normal à la suite d'une chirurgie. Même si votre salive est teintée de sang, ne vous inquiétez pas. Évitez de vous rincer la bouche et de cracher les premières 24h. De plus essayez de garder la tête plus haute que le reste du corps lorsque vous vous couchez. Cela aide à diminuer le saignement.
- À la suite d'une chirurgie il est normal de ressentir un malaise durant 24h à 48h. Le degré varie d'une personne à l'autre et selon le type de chirurgie. Pour apaiser ce malaise, vous devez prendre les analgésiques prescrits, la première journée du moins.
- Une chirurgie occasionne souvent de l'enflure. Pour prévenir l'enflure ou la diminuer, il est recommandé d'appliquer des cubes de glace enrobés d'une serviette humide le plus tôt possible après la chirurgie, pas plus de 15 minutes par heure les premières 24h ;
- Il est possible que les mouvements de la mâchoire soient plus ou moins douloureux à la suite d'une chirurgie. Dans certains cas, cette sensibilité peut durer de 7 à 10 jours. Dans ce cas, évitez de forcer sur vos muscles.
- Modifier votre alimentation: privilégiez des aliments mous et froids la première journée et de plus en plus fermes les jours suivants. Évitez les plats très chauds et épicés. Ne buvez pas à la paille et évitez l'alcool.

- Au-delà de 24h, s'il n'y a plus de saignement, rincez-vous la bouche, avec de l'eau salée (1/4 de c. thé dans un verre d'eau) et ce, plusieurs fois par jour pendant une semaine. **en cas d'extractions des dents de sagesse du bas**, si votre dentiste vous le prescrit, rincer à l'aide d'une seringue de plastique dans les trous du bas avec de l'eau et du sel. Commencez à rincer dans environ 3 jours et le faire 2 fois par jour jusqu'à ce que les trous soient fermés.
- Brossez-vous les dents normalement, 24h après votre chirurgie, en faisant bien attention de ne pas irriter la région en voie de guérison.
- **Ne fumez pas durant au moins 24h, car la fumée ralentit le processus de guérison.**
- **Vos points de sutures** sont des points fondants qui se résorberont d'ici 5 à 10 jours.
- Suite à une apectomie ou à l'extraction d'une dent du haut, **ne vous mouchez pas durant la première semaine.**
- Si la douleur et/ou le saignement persistent au-delà de 24h, appelez votre dentiste.

Bonne guérison !