

# Instructions post-opératoires

**I. N'OMETTEZ PAS DE PRENDRE LES MEDICAMENTS PRESCRITS :** Certains médicaments sont à commencer le jour ou la veille de votre intervention. Poursuivez bien les traitements après l'intervention comme inscrit sur votre ordonnance et surtout ne diminuez pas la posologie, **même si cela ne vous paraît pas utile**. Si possible éviter de boire de l'alcool durant votre traitement.

**II. DOULEURS :** Après tout acte chirurgical, il est normal d'avoir mal. Prenez bien les médicaments prescrits. Dès la fin de l'intervention, prenez les antalgiques toutes les 4 heures jusqu'au coucher. N'attendez pas que la douleur s'installe. Eviter l'aspirine.

**III. BAIN DE BOUCHE :** Ne faites pas de bain de bouche pendant les **48heures qui suivent l'intervention**.

**IV. SAIGNEMENTS :** Un saignement discret qui teinte de rouge la salive est normal le premier jour. Eviter de rincer et de cracher, ceci accentuerait le saignement. Si le saignement est gênant, nettoyer la bouche avec une compresse dépliée coiffant l'index, puis mordez sur une petite compresse sèche pliée, à l'endroit qui saigne.

**En cas de greffe gingivale :** si une plaque de protection palatine vous a été posée, vous devez la conserver en bouche pendant une semaine et ne l'ôter que pour les repas. Le Dynexan est à appliquer dès que le pansement situé au palais est tombé. Vous pouvez mettre la crème (un petit pois) toutes les deux heures environs durant une semaine

**Si de l'Exacyl vous a été prescrit,** vous devez réaliser un bain de bouche d'une minute avec une ampoule d'Exacyl après chaque repas pendant 6 jours et ce à partir du second repas suivant votre intervention.

**En cas de greffe osseuse sur vos sinus maxillaires :** il est normal d'avoir un saignement nasal durant 1 à 2 jours. Eviter le plus possible d'éternuer et de vous moucher durant les 2 mois qui suivent l'intervention. Si vous éternuez expectorez bien par la bouche sans retenir la pression au niveau du nez. De même ne faites pas de plongée sous-marine pendant 1 mois et ne prenez pas l'avion pendant 1mois.

**V. OEDEME :** Votre joue risque d'enfler. La tuméfaction est à son maximum le 2ème jour. Eviter la chaleur exo et endo buccale (pas de boissons, ni d'aliments très chauds pendant 24heures). Pas de bain très chaud. Appliquer bien pendant la journée de l'intervention une vessie de glace sur la joue. Mettre la vessie de glace en alternance 30mn, l'enlever 10mn et comme cela jusqu'au coucher. Ne vous allongez que pour dormir. Si vous vous allongez, ayez toujours la tête plus haute que les pieds.

**En cas de greffe osseuse :** l'œdème peut durer 8 à 10 jours et vous pouvez avoir un gonflement important. Ceci est tout à fait normal suite à ce type d'intervention.

## **VI. BROSSAGE DES DENTS :**

• **Au niveau des sites non opérés :** Vous devez avoir un brossage particulièrement soigneux dès l'intervention afin de ne pas contaminer le ou les sites opérés.

• **Au niveau du site opéré :** Utiliser pendant les 15 premiers jours une brosse à dent très souple (post-chirurgicale de souplesse de poils 15/100<sup>ème</sup> en pharmacie). Adoptez un brossage plus doux au niveau du site opéré, mais **il est important qu'il soit brossé** afin d'éviter la présence de plaque dentaire pouvant entraver la cicatrisation, voir compliquer ou annuler le résultat opératoire. La brosse à dent et le dentifrice ne risquent pas d'endommager la zone opérée, bien au contraire les suites opératoires sont plus lourdes en l'absence de brossage.

**Vous pouvez débiter le brossage de la zone opérée 48 heures après l'intervention.**

## **VII. CE QU'IL FAUT MANGER :**

Prévoyez une alimentation froide ou légèrement tiède le premier jour. Vous êtes sous traitement par corticoïdes, il faut donc éviter durant ce traitement de consommer du sel. Evitez de manger la croûte du pain, des aliments contenant des pépins ou particules dures pendant la première semaine pour éviter qu'ils se coincent dans les fils. Les fils tomberont dans environ 4 à 6 semaines.

**Si une ou des couronnes provisoires** vous ont été posées, nous vous conseillons de ne pas utiliser de couteau pour manger les 7 premiers jours. Si l'aliment ne peut être coupé avec votre fourchette, il doit être considéré comme trop dur (vous pouvez le mixer).

### A éviter :

- fraises - riz - croûte de pain- kiwi- vinaigre  
- semoule- tomates- groseilles- courgettes- figues  
- haricots verts- raisins- concombres- maïs

### Autorisés :

- poissons- œufs - viandes hachées - fromages  
- frites - purée- pommes de terre - pâtes  
- potage - velouté - aliments bébé

**VIII. ACTIVITE PHYSIQUE :** Pendant les deux premiers jours, éviter de faire une activité physique intense (sport, porter des charges lourdes, mettre la tête en bas) qui favorise le saignement. Si possible éviter de boire de l'alcool pendant le traitement médicamenteux et de fumer pendant 2mois. Pendant 1 semaine évitez d'aller à la piscine (pas de chlore dans la bouche).

Docteur BEYAERT Jean-Charles  
Docteur CHAMIEH Frédéric

**EN CAS DE PROBLEME TELEPHONER AU CABINET AU : 09.51.37.41.15**