

CONSEILS POST-OPÉRATOIRES

A la suite de toute intervention chirurgicale, il y a un certain nombre de règles à suivre si l'on veut favoriser la guérison et diminuer les risques de complications.

Voici quelques-unes de ces règles :

1) Aussitôt après l'intervention :

- **Manger de la glace** autant de fois que vous le voulez, vous avez le choix du parfum !
- Prenez 1 comprimé 1G PARACETAMOL contre la douleur toutes les 6 heures le jour même de l'intervention et les 2 jours qui suivent. Pas plus de 4 comprimés par jour.
Prenez les autres médicaments prescrits conformément à l'ordonnance.

2) Evitez de boire ou manger **brûlant** pendant 24 heures. Evitez les aliments trop solides, irritants (épices ou acides type vinaigrettes, jus de pamplemousse ou orange), en grains (riz) ou collants (chewing-gums...).

3) Ne commencez les bains de bouche que **24 heures** après l'intervention.

Continuez le brossage :

- de la zone opérée avec une brosse manuelle très souple du type post-chirurgicale 7/100^{ème} de la marque INAVA® ou GUM® pendant 10 jours
- du reste de dents et des gencives avec votre brosse à dents habituelle.

4) Un peu de coloration sanguine dans la salive pendant plusieurs heures n'a absolument rien d'anormal :

- Un saignement localisé qui se prolonge peut généralement être arrêté en appuyant fermement une compresse (ou en mordant dessus) directement sur la zone concernée pendant 5 minutes.
- N'essayez jamais d'arrêter un saignement en vous rinçant la bouche ou en crachant ni même en « épongeant » avec une compresse.
- Si vous n'obtenez pas de résultat ou si le saignement est plus abondant, contactez le cabinet.

5) Vous pouvez poursuivre normalement vos activités habituelles en évitant toutefois une pratique sportive intensive pendant 24 à 72 heures après l'intervention. Une fatigue pendant cette période n'est pas anormale.

7) Dormez si possible la tête surélevée les premiers jours.

8) **Evitez de fumer** le plus longtemps possible (au moins les 24 premières heures) et évitez également la prise de boissons alcoolisées.