



## Conduite à tenir après une intervention chirurgicale

Voici quelques règles pour les jours qui suivent afin de favoriser votre cicatrisation :

- Prenez un comprimé contre la **douleur** en rentrant chez vous, ensuite c'est selon vos sensations. Nous vous conseillons de prendre un comprimé avant d'aller vous coucher, afin d'avoir un meilleur sommeil. Préférez le Doliprane ou l'Advil à l'Aspirine, qui est un antiagrégant plaquettaire et fluidifie le sang. Contactez-nous si une douleur forte persiste plus de 48 heures.
- Préférez une **alimentation molle** quelques jours. Evitez ainsi le pain et les aliments trop durs ; y préférer pâtes, purées, riz, viandes blanches ou hachées... Evitez également de consommer des **boissons chaudes** pendant 6 à 8 heures.
- Evitez de consommer des **boissons alcoolisées** ou de **fumer** dans les heures suivant l'intervention pour ne pas créer un retard dans la cicatrisation.
- Evitez de **cracher** afin de ne pas favoriser le saignement. Attendez 12 heures avant de réaliser les **bains de bouche** ou de rincer la bouche.
- Soyez attentif à ne pas mordre les parties anesthésiées (lèvres, langue, joues...).
- Limitez les **activités physiques intenses** pendant 24 heures.
- Mordez sur des compresses de gaze ou sur un mouchoir propre en tissu en cas de **saignement abondant**, de telle sorte qu'une forte compression s'exerce sur l'emplacement de la chirurgie. Vous pouvez exercer cette compression une dizaine de minutes. En absence d'amélioration contactez-nous. Un peu de **sang** peut être présent dans la salive au cours des heures suivant l'intervention.
- Appliquez une **poche de glace** placée dans un linge sur la joue afin de prévenir un éventuel **œdème**. Il est possible qu'un tel gonflement apparaisse, il disparaîtra progressivement en quelques jours.
- Commencez à **brosser** la zone dès le lendemain de l'intervention avec votre brosse à dent trempée dans le bain de bouche. Ce brossage est important, même si la zone est sensible, car il va stimuler la microcirculation sanguine, ce qui aura pour effets d'améliorer et d'accélérer la cicatrisation.