



## Instructions post-opératoires

### Extractions de dents de sagesse et d'autres dents

#### **Enflure**

L'enflure après une extraction ou encore une légère tuméfaction du visage peuvent être des conséquences normales après des extractions. Vous pouvez appliquer autant que possible, un sac de glace (ou encore, des petits pois surgelés, etc.) sur la région extérieure concernée durant les premières 48 heures (20 minutes d'application suivis de 20 minutes de répit, ou encore, alterner les deux côtés du visage si la chirurgie a eu lieu des deux côtés). Il est normal que l'enflure augmente les deux premiers jours pour ensuite s'estomper graduellement les jours suivants. Merci d'appeler la clinique si l'enflure reprend après quelques jours (cela peut signifier une infection et devrait être adressé).

#### **Saignement**

Veillez mettre de la pression dans les régions concernées avec les compresses qui vous auront été remises (celles-ci sont également disponibles en pharmacie en cas de besoin supplémentaire) et ce, jusqu'à l'arrêt du saignement (les compresses demeurent blanches). Eviter de rincer, cracher et gargariser. Utiliser une paille pendant les premières 48 heures suivant les extractions car cela peut maintenir le saignement ou le re-occasionner. Eviter de fumer. Il est également recommandé pour les deux premiers jours de garder la tête en position surélevée la nuit pour dormir (en utilisant plusieurs oreillers). La pression ciblée au bon endroit et rapidement après l'extraction reste essentielle pour un bon contrôle du saignement. Vous pourrez rincer avec un rince bouche où de l'eau salée tiède, mais uniquement après les premières 48 à 72 heures.

#### **Diète**

Vous pouvez consommer des repas légers les deux premiers jours, du yaourt, des soupes, jello, etc. Eviter les aliments trop chauds et l'usage de paille pour minimiser le risque de saignement.

#### **Médicaments**

Veillez prendre vos médicaments selon la posologie indiquée sur les flacons. Pour un meilleur confort, Il vaut mieux démarrer les antalgiques (contre la douleur) avant que l'anesthésie ne s'estompe.



### **Brossage de dents**

Un brossage délicat est recommandé dans les régions non affectées par la chirurgie. Vous pourrez reprendre votre technique habituelle les jours suivants, au fur et à mesure de la normalisation des régions. Il est important de continuer à se brosser les dents pour diminuer le risque d'une infection secondaire. Après quelques jours, vous pourrez rincer et gargariser avec un rince bouche de votre choix (choisir une sorte sans alcool).

### **Sutures**

Les sutures sont résorbables (fondantes) et commenceront à se dissoudre après quelques jours.

### **Activité physique et sport**

En règle générale, sous risque de reprise de saignement, il faut s'assurer que le saignement est complètement arrêté avant de reprendre une quelconque activité physique (en général après 2 à 3 jours).

### **Questions**

Merci d'appeler la clinique pour toute question, il nous fera plaisir d'y répondre.  
514.277.7737

