Dr. Brendan GUÉGAN
Chirurgien oral

Consignes post opératoires

Vous avez reçu une intervention chirurgicale au seins de notre cabinet. Vous trouverez sur cette fiche des informations cruciales au bon déroulement des suites opératoires.

Les suites opératoires :

1. Œdème
Parfois impressionnant, le gonflement des joues est une réaction normale. Il peut mettre jusqu'à 10 jours à s'estomper complètement et peut être associé à des ecchymoses . Pour limiter cet œdème :

- dormir en position demi-assise ou avec 2-3 oreillers sous la tête pour favoriser la descente de l'œdème.
- évitez de vous exposer à la chaleur (radiateur, soleil, cheminée, sport).
- massez vos joues délicatement et **appliquer des poches de glace** rapidement après l'opération.

2. Douleurs
Les douleurs varient d'un individu à l'autre. Pour maîtriser cette douleur, vous devrez:

- **appliquer des poches de glace** sur vos joues.
- prendre les antidouleurs prescrits.
- Un fond douloureux léger peut persister pendant 3 semaines.

3. Saignement
Il est normal que les zones opérées saignent légèrement après l'intervention. Pour autant, il est **important de ne pas cracher** votre salive au risque de provoquer un saignement plus important.

- En cas de doute sur un saignement anormal, faites des bains de bouche à l'eau froide, et placez une compresse enroulée sur la zone qui saigne et mordez-la 20-30 min.

En cas de saignement majeur en dehors des heures d'ouverture du cabinet, malgré cette procédure contactez le 15 ou le centre des soins dentaire du CHU de Rennes (le Dr GUEGAN y exerce).

4. Alimentation :

- privilégiez une **alimentation froide et molle** les 2-3 premiers jours et évitez les aliments durs, épicés ou chauds et l'alcool.
- Réintroduisez progressivement des aliments plus consistants au fil des jours et reprenez une alimentation normale dès que vous vous en sentirez capable.
- Évitez de boire avec une paille car celle-ci favorisera le saignement.

5. Hygiène bucco-dentaire :

- pour éviter les problèmes de cicatrisation et d'infection (*fréquent à 3 semaines*), il est recommandé de commencer à se brosser les dents dès le soir de l'opération. Terminez par un rinçage avec le bain de bouche prescrit (en le laissant couler pour éviter le saignement).
- Il est **interdit de fumer** pendant toute la période de cicatrisation initiale, c'est-à-dire environ 4-5 jours (risque de douleurs insomniantes et d'infection grave). Vapotage interdit.

6. Sport, activité physique, reprise du travail

- Il est recommandé d'attendre **1 semaine avant la reprise d'une activité physique** soutenue car cela peut provoquer un saignement et prolonger la durée des œdèmes.
- Pour le retour à l'école ou au travail, il est conseillé de rester tranquille 2-3 jours après l'intervention.

Autre:
- Les points sont résorbables ils partirons seuls en 3 semaines environ.
- Une cavité sera présente sur le site d'extraction après l'intervention, elle est normale et attendue. Elle se refermera en plusieurs semaines.