

## Directives après une extraction complexe

### **Pendant 30 minutes**

Mordez dans des compresses jusqu'à l'arrêt complet du saignement.

Dans l'heure qui suit l'intervention.

Prenez ce que le dentiste vous a prescrit comme antidouleur (évités les produits de type Aspirin®, qui causent des saignements ; optez plutôt pour les ibuprofènes de type Advil®).

### **Pendant 2 jours**

Ne crachez pas, ne vous rincez pas la bouche, ne vous gargarisez pas et ne buvez pas avec une paille.

Aussi souvent que possible, appliquez sur la joue du côté de l'extraction, de la glace enveloppée dans une serviette humide durant 10 mins.

Il est strictement interdit de fumer, car cela ralentit le processus de cicatrisation.

Buvez beaucoup d'eau. Il est important de bien vous hydrater.

Appliquez de la glace par bloc de 10 mins, environ 3 fois par heure. Répétez aussi souvent que possible.

### **Après 2 jours**

Si l'enflure ou l'inconfort persiste, remplacez la glace par une source de chaleur humide. Par exemple, appliquez une débarbouillette d'eau chaude.

### **Pendant environ 4 jours**

Privilégiez des aliments nutritifs mous (par ex. : légumes cuits, poisson cuit, pâtes, viande hachée, etc.) tièdes étant donné que le chaud peut causer inconfort et saignements.

### **Pendant 6-7 jours**

C'est normal que vous ressentiez de l'inconfort et de l'enflure. Ne vous inquiétez pas.

### **Pendant 7 jours**

Évitez le surmenage et toute activité physique.

Évitez de pencher la tête vers l'avant.

Dormez la tête surélevée.

### **Au bout de 7 à 10 jours**

Les points de suture résorbables (points fondants) auront disparu.

Prévoyez 2 jours de repos, soit le jour de l'intervention et le lendemain.

Si vous n'avez pas d'appétit, prenez des substituts de repas de type Boost® ou Ensure®.

Il est possible que la joue présente des ecchymoses jaunes ou bleues quelques jours. Elle reprendra son aspect normal, ne vous inquiétez pas.

Pendant quelques jours, il est possible que vous éprouviez un peu de difficulté à ouvrir la bouche (trismus).

**Au moindre problème, appelez immédiatement au 450 444-5900 (pendant les heures d'ouverture) ou au 514 217-3707 (lorsque la clinique est fermée).**