

Directives postopératoires après une intervention parodontale (greffes gingivales libres)

Soins de la bouche

Brossage et soie dentaire

Pendant quelques jours, évitez de brosser les dents ou de passer la soie dentaire sur le site chirurgical (endroit de l'opération). Attendez la visite postopératoire avant de recommencer à brosser et à passer la soie dentaire partout. Il se peut qu'un film blanchâtre apparaisse sur le site chirurgical ; c'est normal, et il n'y a pas lieu de s'inquiéter.

Rince-bouche

De 2 à 4 semaines après l'intervention, utilisez le rince-bouche antiseptique prescrit 2 fois par jour, soit le matin, après le petit-déjeuner, et le soir, après le souper.

Brosse à dents électrique et Waterpik

Pendant 6 semaines, n'utilisez ni brosse à dents électrique ni Waterpik.

Alimentation

Durant les 2 premiers 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.

Après 2 jours, vous pourrez manger à nouveau des aliments chauds.

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

Pendant 15 jours, continuez de privilégier des aliments nutritifs mous

Durant la convalescence, évitez le peroxyde, les boissons alcoolisées et gazéifiées.

Ne buvez pas avec une paille.

Ne sautez pas de repas.

En tout temps, rappelez-vous qu'une saine alimentation favorise la guérison.

Activités

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

Pendant 7 jours, parlez le moins possible et évitez le surmenage et toute activité physique.

Lorsque vous vous étendez, assurez-vous d'avoir la tête surélevée à l'aide d'un coussin ou d'un oreiller afin de diminuer l'enflure. Dormez avec un oreiller supplémentaire.

Médicaments

Ne prenez jamais de médicaments l'estomac vide.

Analgésiques

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® ou Tylenol®). Si le médicament est sous forme de comprimés, buvez-le avec du lait, de l'eau ou du jus de fruit à la température de la pièce.

Antibiotiques

Si on vous prescrit des antibiotiques, prenez-les jusqu'à la fin de l'ordonnance.

Enflure

À la suite d'une intervention, l'enflure est normale.

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

Si la douleur ou l'inconfort persiste après 2 jours, remplacez la glace par une source de chaleur humide. Par exemple, appliquez une débarbouillette d'eau chaude.

Saignement

Durant les 3 premiers jours, le saignement léger est normal. Cependant, si vous saignez anormalement, appelez votre dentiste immédiatement.

Fumer

Pendant 2 semaines, il est strictement interdit de fumer, car cela ralentit le processus de guérison général. En particulier, fumer ralentit la cicatrisation des tissus et peut même affecter les résultats de l'intervention.

Sutures

Si les points de suture résorbables (points fondants) utilisés devaient tomber (fondre) avant la visite de contrôle prévue 2 semaines après l'intervention, communiquez avec le dentiste.

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