



Dr Lauril Lambert

Prévenir, soigner et accompagner durablement

CONSIGNES POST-OPÉRATOIRES

Chère patiente, cher patient,

Vous venez de bénéficier d'un acte chirurgical. Afin de favoriser une bonne cicatrisation et de limiter le risque de complications, merci de suivre attentivement les consignes ci-dessous pendant les jours qui suivent l'intervention.



LES PREMIÈRES HEURES

- Conservez la compresse stérile en mordant fermement sur la zone opérée pendant 20 minutes sans la retirer.
- Évitez de parler, de cracher, et de toucher la plaie avec la langue ou les doigts.
- Restez au calme et évitez tout effort physique le reste de la journée.
- Attendez la disparition complète de l'anesthésie avant de manger (risque de morsure de la lèvre, de la langue ou de la joue).



ALIMENTATION

- Privilégiez une alimentation tiède ou froide pendant 24 heures. La chaleur favorise le saignement.
- Optez pour des aliments mous : compotes, yaourts, purées, soupes tièdes, œufs, poissons...
- Pendant une semaine, évitez les aliments susceptibles de se loger dans l'alvéole : riz, semoule, graines, céréales, pain croustillant, biscottes, maïs, fruits à coque...
- Buvez régulièrement de l'eau, sans utiliser de paille (l'aspiration peut déloger le caillot).



DOULEUR

- Prenez du paracétamol à dose adaptée à votre poids, toutes les 6 heures, sauf contre-indication médicale.
- N'utilisez pas d'aspirine ni d'anti-inflammatoires sans avis médical : ils augmentent le saignement et peuvent retarder la cicatrisation.
- Si un traitement vous a été prescrit (antibiotiques, antalgiques), suivez l'ordonnance jusqu'au bout.



GONFLEMENT (CÈDÈME)

- Appliquez une poche de glace enveloppée dans un linge sur la joue, par périodes de 15 minutes, pendant les premières heures.
- Un gonflement modéré peut apparaître pendant 48 à 72 heures : c'est normal.
- La première nuit, dormez la tête surélevée (deux oreillers) pour limiter l'œdème.



EN CAS DE SAIGNEMENT

- Un léger saignement (salive rosée) est normal pendant 24 à 48 heures. Avalez votre salive plutôt que de cracher.
- En cas de saignement plus important, mordez fermement sur une compresse stérile (ou à défaut une gaze propre) pendant 20 minutes, sans la retirer pour vérifier.
- Si le saignement persiste malgré la compression, contactez-nous.



HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE

- Pas de bain de bouche pendant les 24 premières heures : le rinçage peut déloger le caillot et provoquer une alvéolite.
- À partir du lendemain : bains de bouche doux à l'eau tiède salée (1 cuillère à café de sel dans un verre d'eau), après chaque repas.
- Si un bain de bouche antiseptique (type chlorhexidine) vous a été prescrit, débutez-le à J+1 selon la prescription.
- Reprenez le brossage des autres dents normalement, en contournant délicatement la zone opérée.



À ÉVITER PENDANT 48 À 72 HEURES



Tabac — retarde fortement la cicatrisation et favorise l'alvéolite.



Alcool.



Sport et efforts physiques intenses.



Sauna, hammam, bain chaud, exposition prolongée au soleil.



Si possible, évitez les voyages en avion pendant les 24-48h suivant l'intervention.



SIGNES D'ALERTE — CONTACTEZ-NOUS RAPIDEMENT

Contactez le cabinet sans attendre en cas de :

- Saignement abondant qui ne s'arrête pas après 20 minutes de compression.
- Fièvre supérieure à 38,5 °C.
- Douleur intense qui augmente après le 3e jour (signe possible d'alvéolite).
- Gonflement important du visage ou du cou, difficulté à avaler ou à respirer.
- Apparition d'un goût ou d'une odeur désagréable persistant dans la bouche.



CONTACT

Cabinet : **03.20.38.56.88**

En cas d'urgence en dehors des heures d'ouverture du cabinet :

- Service de chirurgie dentaire de la faculté dentaire — en semaine, entre 9h et 17h.
- Numéro de régulation dentaire : **03.20.33.20.33** — le dimanche matin et les jours fériés au matin uniquement.
- SAMU : **15** — en cas d'urgence vitale.



Nous restons à votre disposition pour toute question. Bon rétablissement.