

RECOMMANDATIONS POST OPERATOIRES

Chère patiente, cher patient,
Après une opération chirurgicale, certaines indications sont à observer :

Interdit le jour de l'opération

Café, thé noir, boisson chaude, alcool, comprimé d'aspirine et nicotine.

OEDEME	Pour diminuer autant que possible le gonflement post opératoire (le gonflement est à son maximum au bout de 48h) appliquer une poche de glace 15 min/heure dès la fin de l'intervention durant les deux premiers jours. Un bon refroidissement diminue de manière considérable l'œdème.
HEMOSTASE	Pour éviter les saignements post-opératoires, la plaie ne doit pas être ni aspirée, ni touchée. Un saignement discret qui teinte la salive est normal les deux premiers jours. En cas de saignement persistant ou abondant, appliquer une compresse sèche sur la zone et serrer pendant 10 min. Éviter de cracher.
HYGIENE BUCCALE	Le lendemain de l'opération, le nettoyage des dents se fait avec une brosse à dents souple, en ménageant la plaie. Le bain de bouche prescrit doit être utilisé 48H après l'intervention, plusieurs fois par jour en complément du brossage des dents, sans rincer fortement.
DOULEUR	Prendre les médicaments prescrits contre la douleur avant son apparition. A commencer directement après l'intervention. L'aspirine est contre-indiquée.
HEMATOME	Un hématome de la joue et/ou du cou peut survenir dans les jours suivant l'intervention. Il est sans gravité et disparaît généralement au bout d'une semaine. La prise d'Arnica Montana peut accélérer sa disparition.
REPOS	Éviter toute activité physique 2-4 jours. Sport de contact (judo, karaté...) déconseillés pendant 4 à 6 semaines.
ALCOOL TABAC	Ils sont formellement contre-indiqués pendant 1 semaine car ils perturbent la coagulation et la cicatrisation
ALIMENTATION	Vous devez attendre que les effets de l'anesthésie se dissipent avant de manger, pour éviter de vous mordre la langue. Éviter de manger et boire chaud, cela active le saignement. En post-opératoire, une alimentation molle quelques jours est conseillé
PRELEVEMENT OSSEUX	Après un prélèvement osseux mandibulaire, vous devez pendant 6 semaines vous restreindre à de la nourriture molle (poisson, œufs brouillés, nouilles, purée, etc.)
SINUS	Nous vous demanderons de ne pas vous moucher mais de vous essuyer le nez. Il faudra également éternuer en laissant la bouche ouverte sans se pincer le nez pour éviter une pression intra sinusienne. Il est déconseillé de se rendre à la piscine les premiers jours post-opératoires
MEDICATION	Un antibiotique vous a été prescrit, faites attention à ce que ce médicament soit strictement pris selon les instructions. Le traitement antibiotique ne peut être arrêté avant le 6 ^{ème} jour et seulement après discussion avec le prescripteur. L'efficacité de certains moyens de contraception peut être diminuée. Si des signes d'intolérances apparaissent (douleurs d'estomac, rougeur) prenez contact avec nous ou avec votre médecin traitant.
CONTRÔLE	Dans certains cas une visite de contrôle peut être nécessaire 15 jours après l'intervention.