

## Conseils après une chirurgie buccale mineure

Les soins recommandés ici doivent être respectés pour favoriser la guérison. Notez qu'après la chirurgie, il est normal de sentir un certain inconfort et de l'enflure.

### Jour de la chirurgie

- Gardez les compresses en bouche pendant 30 minutes complètes en maintenant une pression ferme et recommencez au besoin.
- Appliquez de la glace sur la joue à intervalles réguliers en alternance aux 10 minutes.
- Si vous saignez, prenez une compresse ou un sachet de thé légèrement humecté et mordez la compresse ou le sachet de thé pendant 20 minutes.

### À éviter

- Évitez de vous rincer la bouche ou de cracher.
- Évitez de boire avec une paille.
- Évitez de fumer.
- Évitez les aliments ou les boissons chaudes. Mangez des aliments froids et mous.
- Évitez les activités physiques intenses pour les trois premières journées.

### Douleur

- Dans les premières 24 à 72 heures, prenez un médicament à base d'acétaminophène (Tylenol, Atasol) ou d'ibuprofène (Motrin, Advil) ou encore les médicaments qui vous ont été prescrits pour contrôler la douleur. Évitez de prendre de l'aspirine.

### Du lendemain jusqu'à la guérison complète

- Rincez-vous la bouche, trois fois par jour, avec de l'eau tiède et du sel (2 ml ou 1/2 c. à thé de sel dans 250 ml ou 1 tasse d'eau).
- Des ecchymoses peuvent apparaître sur la peau. Elles disparaîtront au bout de cinq à sept jours.
- Il se peut que vous ayez des difficultés à ouvrir la bouche. Le tout devrait s'atténuer au bout de quatre à cinq jours.
- Si, après trois jours, la douleur augmente au lieu de diminuer, appelez-nous.

Après quelques jours, vous vous sentirez mieux et vous pourrez reprendre vos activités habituelles. Si vous saignez beaucoup, ressentez de la douleur, faites de la fièvre ou si vous réagissez au médicament, appelez-nous au 450-433-2161.