

Instructions suite à une chirurgie

ALVÉOLITE «DRY SOCKET »

Lire attentivement. Les plaies pourraient perdre leur caillot sanguin, de 3 à 5 jours après la chirurgie. Il s'en suit une douleur lancinante, constante qui irradie dans la mâchoire et/ou l'oreille, douleur contre laquelle les médicaments prescrits seront pratiquement inefficaces!!! Il s'agit d'une urgence qui nécessite une visite à notre clinique pour mettre un caillot artificiel. Cette situation très douloureuse peut être évitée si vous vous abstenez de cracher / rincer votre bouche pour 48h. **Il est également interdit de fumer pour 48h.** Rincez régulièrement votre bouche, 48h après la chirurgie, suivant les repas avec de l'eau salée (1 cuillère à thé de sel dans un verre d'eau moyen) éliminera les débris alimentaires tout en favorisant une guérison rapide. Vous pouvez également utiliser le rince-bouche prescrit, si prescrit, deux fois par jour pendant 14 jours.

Suite à cette intervention chirurgicale, nous vous recommandons le repos complet pour le reste de la journée. Ce repos permettra à votre corps de récupérer plus rapidement. Aujourd'hui, nous avons bien pris soin de vous, c'est à votre tour de bien prendre soin de vous! Reposez-vous!

CONFORT

Votre confort sera maintenu grâce aux prescriptions d'antidouleurs. Nous vous recommandons de commencer à les prendre avant l'apparition des premiers signes de douleur (avant que l'anesthésie ne fasse plus effet). N'attendez pas que la douleur survienne. Elle pourrait s'avérer plus sévère et difficile à contrôler. Lorsque les analgésiques plus puissants ne sont plus requis, vous pouvez commencer à diminuer la dose ou utilisez du Advil ou Tylenol à la place. Il n'est pas recommandé de consommer de l'alcool avec les médicaments prescrits. Nous vous recommandons aussi de consommer une alimentation riche en protéines pour faciliter votre guérison.

DIETE

Il est capital de vous assurer que vous vous nourrissez bien pendant cette période de guérison. Si vous vous nourrissez d'aliments mous et nutritifs, vous vous sentirez mieux et guérirez plus rapidement. Les patients qui ont faim deviennent irritables et nerveux et le stress ralentira la guérison. Pour les prochains jours, vous pouvez manger, mais un peu plus mou que d'habitude jusqu'à ce que vous vous sentiez capable de manger normalement. La guérison n'est pas une course! Vous pouvez vous procurer des suppléments alimentaires tels que boost, ensure, ou vous pouvez également manger du yogourt, des œufs / omelettes, pâté chinois, viande hachée, légumes bien cuits. Évitez les aliments trop chauds ou trop épicés. Évitez de boire avec une paille pour les 2 journées suivant la chirurgie pour éviter d'endommager le caillot sanguin ce qui pourrait causer une alvéolite (voir ci-haut).

SAIGNEMENT

Vous devez garder une légère pression sur les compresses pendant 30 à 45 minutes et ensuite vous pouvez les retirer. Il est normal que votre salive soit rosée/teintée pour 1 jour ou 2. Si le saignement est plus abondant, changez les compresses toutes les 30 à 45 minutes jusqu'à ce que le saignement diminue. Vous pouvez également utiliser une **poche de thé détrempée** en guise de compresses. Ne plus mettre de compresses si le saignement est très léger ou minime. Évitez tout sport ou effort physique qui pourrait augmenter votre pression sanguine pour aujourd'hui et demain, ce qui pourrait accentuer le saignement.

INFLAMMATION / ENFLURE / ECCHYMOSE

Appliquez de la glace sur la joue du côté traité pour 15 minutes par heures pour diminuer l'enflure pour les premières 24h. Un sac de glace enveloppé d'une serviette humide est recommandé. N'appliquez jamais de la glace directement sur la peau. Le maximum d'enflure surviendra au bout de 2 – 3 jours pour ensuite revenir à la normale au bout de 7 à 10 jours. La peau de la joue peut se décolorer suite à une chirurgie. Le bleu ou l'ecchymose disparaîtra au bout d'une semaine également.

Pour tout renseignement supplémentaire, n'hésitez surtout pas à communiquer avec nous au [613-749-1785](tel:613-749-1785) ou sur le cellulaire du Dr Olivier Julien en dehors des heures d'ouvertures de la clinique au [819-639-8522](tel:819-639-8522)

Nos heures d'ouvertures sont les suivantes :

Lundi : 7h à 17h
Mardi : 7h à 19h30
Mercredi : 7h à 19h30
Jeudi : 7h à 17h
Vendredi : 7h à 13h

DR 
LUC DUCHARME
& ASSOCIATES