



# CLINIQUE DENTAIRE Baie-des-Chaleurs

## Extraction dentaire

### Conseils post-opératoires

---

#### Optimisation de la guérison

- **Ne fumez pas** pour favoriser la guérison et éviter les complications.
- Recommencez à vous brosser les dents le lendemain de votre extraction seulement, en prenant soin d'**éviter la zone opérée** pour les 7 premiers jours.
  - Après 7 jours, les mesures habituelles d'hygiène peuvent être reprises de façon régulière (brossage, soie, brossettes). Un léger saignement pourrait être perçu au site opéré lors de la reprise des soins d'hygiène.
- Lors des 7 jours suivant la chirurgie, ne mastiquez pas dans la région de l'extraction.
- Pour les 48 premières heures, n'utilisez **pas de paille**, évitez les aliments et les breuvages très chauds et adopter une **diète molle**.
- **Mangez régulièrement des aliments nutritifs** le jour même de la chirurgie, et les jours suivants.
  - Des breuvages nutritifs sont également disponibles en pharmacie en guise de suppléments pour les premiers jours. Consultez votre pharmacien(ne) pour plus de détails.
- Il est tout à fait normal de voir un orifice (trou) dans la zone d'extraction. Cet orifice prendra quelques semaines pour se refermer.
- Si des points de suture ont été faits, du fil résorbable a été utilisé (points fondants); **ils tomberont seuls** dans 4 à 14 jours suivant la chirurgie et n'ont pas à être retirés.
- Sauf si votre dentiste vous a mentionné le contraire, vous pouvez porter vos prothèses partielles et complètes, votre plaque occlusale et/ou vos gouttières orthodontiques, s'il y a lieu.
- S'il y a eu une **communication orosinusale** lors de l'intervention, elle a été refermée et vous en avez été informé(e). Dans ce cas, il faut impérativement **éviter de se moucher, éviter d'utiliser une paille et ne pas forcer** pour le prochain mois entier.



## Contrôle du saignement

- **Croquez fermement** sur la compresse mise en place par le dentiste au site d'extraction pendant un minimum de **30 minutes**.
- Pendant toute la période de guérison, **évit**ez de **toucher** la zone d'extraction (doigts, langue, objets).
- Ne pratiquez **pas d'activités physiques** intenses ou ne forcez pas physiquement pour les 48 premières heures suivant la chirurgie.
  - Vous pouvez vaquer à vos occupations légères et les activités calmes comme la marche sont permises.
- Pour les **12 premières heures** suivant l'extraction, ne rincez pas et ne crachez pas.
  - Vous pouvez boire des liquides frais.
  - Commençant le matin suivant votre chirurgie, vous pouvez rincer votre bouche avec le rince-bouche prescrit (s'il y a lieu) ou avec une solution d'eau salée (2 c. à thé de sel dans 1 litre d'eau).
  - N'utilisez pas de rince-bouche commercial contenant de l'alcool.
- La salive pourrait être **teintée de sang** dans les premiers jours suivant la chirurgie. S'il ne s'agit pas d'un saignement à proprement parler, cette condition est normale.
  - Pendant les premières nuits suivant l'intervention, il est recommandé de recouvrir votre oreiller d'une vieille serviette afin d'éviter de la tacher si un saignement nocturne survenait.
- Si un **saignement plus abondant** apparaissait, mouillez légèrement l'une des compresses remises et appliquer une pression constante pendant un **minimum de 30 minutes** sur la région qui saigne. Éviter de libérer la pression ou de regarder avant la fin des 30 minutes. Si vous n'avez pas de compresses, un papier essuie-tout mouillé ou un sac de thé humecté pourra faire le même travail.
  - Évitez toute succion, évitez de cracher, tenez la tête droite et surélevée.
  - Si malgré ces mesures un saignement persiste, communiquez avec nous.

## Douleur, enflure et ecchymose

- Une certaine douleur post-opératoire est normale et peut être contrôlée par les analgésiques prescrits, s'il y a lieu. Sinon, vous pouvez demander au pharmacien l'analgésique en vente libre qui vous convient le mieux pour contrôler la douleur.
- Dans les 48 à 72 premières heures suivant la chirurgie, une enflure pourrait apparaître. Pour la réduire, appliquez doucement de la glace sur le visage vis-à-vis la région opérée à raison de **15 minutes à chaque**



**heure.** À la 3<sup>e</sup> journée, l'application d'une débarbouillette chaude et humide à la même fréquence pourra aider à faire diminution l'enflure.

- Des **ecchymoses** (ou *bleus*) peuvent apparaître suivant une extraction dentaire. Celles-ci changeront de couleur et disparaîtront sur une période d'environ 7 jours.
- Si vous avez des douleurs non-soulagées, de l'enflure qui s'aggrave ou qui persiste ou une ecchymose qui vous inquiète, communiquez avec nous.

## Complications possibles

- L'alvéolite
  - Il s'agit de la complication postopératoire la plus fréquente après l'extraction d'une ou de plusieurs dents. Les dents inférieures, et plus particulièrement les dents de sagesse, sont les plus souvent touchées. L'alvéolite se caractérise par une douleur très intense au site d'extraction 3 à 5 jours suivant l'intervention. Cette douleur est souvent décrite comme irradiante jusqu'au niveau de l'oreille. Une mauvaise haleine accompagne régulièrement cette complication.
- L'infection
  - Si la région de la chirurgie devient dure, douloureuse et/ou chaude au toucher durant les 5 à 10 jours suivant l'intervention, il pourrait s'agir d'une infection.
- La paresthésie
  - Si votre lèvre, votre menton et/ou votre langue semblent toujours engourdis le matin suivant votre chirurgie, il pourrait s'agir d'une paresthésie. Cette complication touche particulièrement les chirurgies d'extractions des dents de sagesse inférieures. Elle peut tout de même survenir à la suite d'un autre type de chirurgie à la mâchoire inférieure.
- La communication oro-sinusale
  - Il s'agit d'une complication possible à la suite de l'extraction d'une ou de plusieurs dents supérieures. Une communication entre le sinus maxillaire (situé de chaque côté du nez) et votre bouche peut survenir via le trou laissé par la dent extraite. Vous sentirez alors de l'air sortir dans votre bouche par ce trou ou encore des liquides que vous boirez pourront s'infiltrer dans votre nez.



D'autres complications plus rares sont aussi possibles.

**Dans le doute, si vous avez des questions ou si vous suspectez l'une ou l'autre des complications mentionnées ci-haut, veuillez communiquer avec nous sans tarder.**

Bonne guérison!

