

## **CONSEILS POST-OPÉRATOIRES SUITE À UNE GREFFE GINGIVALE**

### **Contrôle du saignement**

Il est normal que votre salive soit teintée de sang durant les premières 24 à 48 heures. Évitez l'activité physique intense durant 4 jours suivant la chirurgie car l'augmentation de votre fréquence cardiaque risque de réactiver le saignement. Évitez de boire avec une paille durant une semaine suivant l'intervention car la succion produite pourrait déloger le caillot sanguin. Évitez également de fumer durant une semaine pour prévenir le délogement du caillot sanguin par aspiration et parce que certains produits contenus dans la cigarette nuisent à la guérison.

Si un appareil a été fait pour protéger le palais, vous devez le porter le premier 24 heures. Vous pouvez ensuite le porter lorsque vous manger pour diminuer la sensibilité.

Si un saignement persiste au palais, vous pouvez appuyer pendant 1 heure avec les compresses fournis ou avec une poche de thé mouillée et essorée. Si un saignement persiste au niveau de la greffe, n'appuyez pas avec une compresse et rappelez à la clinique.

### **Soins de la bouche**

Évitez de rincer votre bouche la journée de la chirurgie. Vous pouvez brosser vos dents comme à l'habitude en évitant de les brosser où la greffe a été effectuée jusqu'à votre contrôle post-opératoire. Le lendemain, commencez à utiliser le rince-bouche prescrit, sans trop l'agiter. Ne tirez surtout pas sur votre lèvre pour voir la greffe et n'y touchez pas avec vos doigts ou votre langue. La clé du succès est que la greffe reste complètement immobile pendant tout le temps de la guérison.

### **Enflure**

Afin de minimiser l'enflure, appliquez de la glace avec une compresse d'eau. Appliquez la glace 20 minutes par heure pendant les premières 48 heures. Il est normal qu'une certaine enflure se produise malgré tout. L'enflure atteint son maximum après 48 à 72 heures. Il est possible, suite à une bonne enflure, que des ecchymoses (bleus) se forment sur le visage. Celles-ci disparaîtront dans les 5 à 10 jours suivants.

### **Alimentation :**

Il est recommandé de reprendre une alimentation régulière le plus rapidement possible. Au début, vous pouvez manger des aliments à consistance plus molle de l'autre côté. Vous pouvez également prendre des suppléments liquides de type « Boost ou Ensure ». Évitez de croquer dans des aliments durs comme une pomme, des carottes crues ou du pain croustillé qui pourraient déplacer la greffe. Évitez également les graines, noix, céréales ou aliments qui pourraient se loger sous la greffe.

### **Contrôle de la douleur**

Vous devez respecter à la lettre les instructions de votre dentiste concernant la prise de médication antidouleur et anti-inflammatoire. Commencez la avant la fin de l'effet de l'anesthésie pour ne pas laisser la douleur s'installer. Ne vous réveillez pas la nuit pour prendre vos médicaments. Vous pouvez cependant laisser un comprimé sur votre table de chevet avec un verre d'eau. Si la douleur vous réveille, prenez le comprimé. Prenez la médication pendant au moins 2 jours puis diminuez selon votre confort.

### **Points de suture**

Vos points de suture ne sont pas fondants. Vous devrez revenir d'ici 14 jours pour les faire enlever. Nous vérifierons que votre guérison évolue de manière adéquate au même moment.