

# Extraction dentaire

## **Contrôle du saignement :**

Mordez sur la compresse mise au site d'extraction par le dentiste durant 1 heure. Si le saignement persiste après 1 heure, pliez une nouvelle compresse en 4 et replacez-la au site d'extraction, puis mordez encore une heure. Vous pouvez également placer une poche de thé mouillée et appliquer une pression avec celle-ci sur le site extraction. Il est normal que votre salive soit teintée de sang durant les premières 24 à 48 heures. Évitez l'activité physique intense (course, vélo, natation) durant une semaine suivant l'extraction 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, mais aussi parce que certains produits contenus dans la cigarette nuisent à la guérison.

## **Soins de la bouche :**

Évitez de rincer votre bouche la journée de la chirurgie. À partir du lendemain matin, reprenez une hygiène buccale impeccable afin d'éviter la contamination bactérienne du site d'extraction. Le lendemain également, commencez à rincer 4 fois par jour avec de l'eau saturée en sel (1/4 tasse d'eau pour 1 cuillère à thé de sel). N'utilisez pas de rince-bouche. Ne touchez pas le site d'extraction ni avec vos doigts, ni avec votre langue.

## **Enflure :**

Afin de minimiser l'enflure, appliquez de la glace durant les quatre premiers jours suivant l'intervention. Appliquez la glace 20 minutes, retirez-la 10 minutes, puis recommencez. Il

est normal qu'une certaine enflure se produise malgré tout. L'enflure sera maximale le 4<sup>e</sup> jour. Un hématome (bleu) peut se développer suite à la chirurgie et cela est tout à fait normal.

### **Alimentation :**

Tentez de reprendre une alimentation régulière le plus rapidement possible. Au début, vous pouvez manger des aliments à consistance plus molle de l'autre côté, si l'ouverture de votre bouche est plus difficile. Vous pouvez également prendre des suppléments liquides de type « Boost ». Plus vous reprendrez une alimentation normale rapidement, plus vous parviendrez à redonner à votre corps les nutriments nécessaires à une bonne guérison.

### **Contrôle de la douleur :**

Il est impératif de respecter à la lettre les instructions de votre dentiste afin de prendre votre médication antidouleur.

Commencez vos antidouleurs avant la fin de l'effet de l'anesthésie pour ne pas laisser la douleur s'installer. Prenez la médication pour 3 jours puis diminuez selon votre confort.

### **Points de suture :**

Si vous avez des points de suture, ils tomberont dans les 3 à 7 jours suivant l'intervention. Votre dentiste désirera peut-être vous revoir pour vérifier la guérison et enlever les points restants.

### **Autres :**

Votre degré d'ouverture buccale peut être diminué dans les premiers jours et cela peut prendre 2 semaines avant qu'il ne revienne à la normale. Vos muscles de mastication

peuvent aussi être endoloris pour quelques jours à quelques semaines. C'est tout à fait normal.

Si vous avez la moindre inquiétude, n'hésitez pas à nous téléphoner. Il nous fera un plaisir de vous répondre!