

Conseils Post-Opératoires



Vous venez de bénéficier d'une intervention chirurgicale, voici les recommandations à suivre:

SAIGNEMENTS	Pour éviter les saignements, ne pas cracher mais laisser couler ou avaler sa salive. Ne pas rincer ou toucher la plaie. Si le saignement persiste, mordre sur une compresse stérile pendant au moins 30 minutes (renouveler si nécessaire). Il est possible d'observer, les premiers jours, des tâches de sang sur votre oreiller.
MÉDICAMENTS	Il est impératif de respecter à la lettre les prescriptions indiquées sur l'ordonnance.
GONFLEMENTS	Pour limiter le risque d'œdème (pouvant durer de 2 à 7 jours), appliquer une poche de glace en regard de la zone d'intervention dès que possible à raison de 30 min/heure. Le respect de cette consigne permet de réduire significativement le gonflement et agit également contre la douleur.
ALIMENTATION	Évitez de manger pendant que l'anesthésie fait encore effet. Privilégiez ensuite une alimentation molle (ne devant pas être trop mastiquée), froide ou tiède. Le chaud favorise le saignement ! (ex: oeuf, purée, pâtes, jambon, viande hachée, compote, yaourt, crème, glace, etc...).
DOULEURS	Prenez un antalgique dans l'heure suivant l'intervention. Respectez ensuite scrupuleusement l'ordonnance délivrée par votre praticien, notamment les durées entre chaque prise. Il est fréquent de ressentir des douleurs à la suite d'une intervention.
HYGIÈNE ORALE	Commencez les bains de bouche 24h après l'intervention , de façon passive sans faire de gargarisme. Brossez délicatement la zone avec une brosse à dent souple (7 à 15/100ème) et les autres dents avec votre brosse à dent habituelle.
HÉMATOME	Un bleu peut survenir au niveau de la joue ou du cou après l'intervention. Cet hématome est sans gravité et disparaît en 7 jours environ.
SPORT	Évitez toute activité sportive dans les 3 à 4 jours suivant l'intervention
ALCOOL ET TABAC	Le tabac et l'alcool augmentent de façon importante le risque de douleur et de complications post-opératoires en perturbant la cicatrisation et la coagulation. Ils sont fortement déconseillés .

En cas d'absence, n'hésitez pas à vous rendre au service des urgences de l'hôpital (privé, public) ou à consulter votre médecin traitant.