

RECOMMANDATIONS PRE-OPERATOIRES

Chère patiente, cher patient,

Afin que votre intervention médicale se déroule parfaitement et que vous cicatrisiez au mieux, nous vous prions de suivre les recommandations suivantes. Aussi, il est primordial que vous suiviez votre ordonnance et que vous veniez serein, en pleine forme et détendu à votre rendez-vous chirurgical.

1• Brossez vos dents et faites un **bain de bouche** avec Eludril avant de venir à l'opération.

2• Respectez attentivement votre ordonnance (ex : prise d'antibiotiques, d'anti-inflammatoires, d'antidouleurs et bain de bouche) et les conseils de votre dentiste.

3• Ayez une **alimentation saine et équilibrée** avant l'opération (cf. Conseils d'hygiène de vie). Ne faites surtout pas de régime alimentaire. Votre corps demande des bons aliments pour bien cicatriser. *Junk-food : interdite.*

4• La **nicotine est interdite**. Chez le fumeur, il est demandé d'arrêter la cigarette au moins 15 jours avant l'opération. Puis, d'arrêter de fumer définitivement.

5• Soyez relaxé et détendu pour votre opération. Il faut éviter les moments de stress ou de fatigue intense car ils sont néfastes au bon déroulé de l'intervention et de la cicatrisation.

6• Prévoyez une alimentation molle/liquide et tiède/froide durant les jours qui suivront l'opération.

7• Prévoyez des moments de repos après l'opération. Il ne faut surtout pas avoir une activité physique trop intense les jours qui suivent le rendez-vous chirurgical (*type marathon*).

Votre mode de vie influence directement votre physiologie, votre métabolisme et donc la qualité des os et des gencives, ainsi que votre capacité à guérir. En suivant les conseils d'hygiène de vie, vous améliorerez votre potentiel de cicatrisation et donc la réussite de nos traitements.