

RECOMMANDATIONS POST-OPERATOIRES

- 1• **Ne pas brosser la zone opérée durant 7 jours.** Laissez cette zone de cicatrisation la plus calme possible. Ne pas mastiquer dessus.
- 2• Brossez vos dents, sauf la zone opérée, avec Eludril Perio (ou Alodont), durant 7 jours. C'est-à-dire que vous n'utilisez pas de dentifrice, seulement le bain de bouche.
- 3• Faites un **bain de bouche calme avec Eludril Perio (ou Alodont)**, le matin et le soir durant 10 jours. Commencez à faire les bains de bouche le jour suivant l'opération.
- 4• Appliquez de la **glace** (sans forcer) en regard de la zone opérée le plus souvent possible durant les 2 premiers jours. Cela limite le gonflement et l'œdème.
- 5• **Ayez une alimentation molle/liquide et tiède/froide durant 7 jours.** Evitez donc de boire ou manger chaud et dur. Votre alimentation doit être saine et équilibrée (poisson, légumes, fruits à privilégier : cf conseils sur l'hygiène de vie).
- 6• **Evitez les efforts physiques** les jours suivants l'opération. Evitez aussi de dormir sur le coté opéré. Ayez des moments de calme et de repos. C'est votre corps qui cicatrise, il faut donc en prendre soin.
- 7• **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.
- 8• En cas de saignement, appliquez délicatement une compresse sèche stérile sur la zone opérée. Eviter de cracher et de solliciter la zone opérée. Appelez le cabinet dentaire en cas de saignement important ou prolongé.
- 9• **En cas de greffe osseuse intra-sinusiennne** il est interdit de se moucher. Il faut simplement s'essuyer le nez. Il faut également éternuer en laissant la bouche ouverte et sans se boucher le nez. Il est interdit de se rendre à la piscine les 15 premiers jours postopératoires. Il faut toujours garder la tête au dessus du thorax pendant 10 jours.
- 10• **En cas de mise en charge immédiate** (quand on pose une prothèse le jour de l'opération), il est strictement interdit de manger solide pendant 3 mois. Vous devez manger liquide et ne pas solliciter les implants pendant 3 mois.

Suivez attentivement votre ordonnance (prise d'antibiotiques, d'anti-inflammatoires, d'antidouleurs et bain de bouche) et les conseils de votre dentiste.

En cas de doute, n'hésitez pas à contacter le cabinet dentaire.