

# Après l'extraction d'une dent

Pour accélérer le processus de guérison, veuillez appliquer les mesures suggérées ci-dessous. Veuillez toutefois garder en mémoire qu'il est tout à fait normal de ressentir un certain inconfort d'avoir le bas du visage enflé après l'extraction d'une dent.

## Jour de la chirurgie

- Garder les compresses en bouche pendant une heure ou deux, tout en maintenant une pression ferme. Les substituer toutes les demi-heures, au besoin.
- Maintenir la tête en position verticale en tout temps.
- Appliquer une compresse froide sur la joue à intervalles réguliers (20 minutes de froid par heure).
- En cas de saignements, utiliser une gaze ou un sachet de thé légèrement humecté et mordre pendant une vingtaine de minutes.
- Plusieurs patients ont des écoulements sanguins et remarquent une coloration rougeâtre dans leur salive.
- Limiter les efforts physiques.

## À éviter

- Enlever le caillot de sang coagulé puisqu'il sert à optimiser la guérison.
- Manger avant l'arrêt des saignements.
- Boire avec une paille.
- Se rincer la bouche ou cracher.
- Fumer ou consommer de l'alcool.
- Manger des aliments difficiles à mastiquer.
- Se brosser les dents à proximité de la zone d'extraction pendant les premières 72 heures.

## Douleur

- Prendre la médication qui vous a été prescrite, au besoin. Prendre les antibiotiques qui vous ont été administrés pour ce traitement, en respectant le nombre de jours indiqué et ce, même en absence de symptômes.

## Alimentation suggérée

- La journée même de l'extraction, ne consommer que des aliments mous ou des breuvages tièdes. Lorsque vous vous sentirez mieux, vous pourrez recommencer à manger normalement.

## Du lendemain jusqu'à la guérison complète

- Se rincer la bouche trois fois par jour avec de l'eau tiède et du sel (2 ml ou 1/2 c. à thé de sel dans 250 ml ou 1 tasse d'eau).
- Se brosser les dents et utiliser la soie dentaire tous les jours pour enlever la plaque et favoriser un meilleur résultat à longue échéance. Éviter le brossage autour de la zone d'extraction au cours des premières 72 heures.
- Éviter de manger des aliments durs (noix, bonbons, glaçons)
- Il est possible que certains mots soient plus difficiles à prononcer et que votre salive soit plus abondante que d'habitude. Le tout reprendra son cours normal en moins d'une semaine.
- Il est possible de voir apparaître des ecchymoses sur votre visage. Elles disparaîtront au bout de cinq à sept jours.
- Certains peinent à ouvrir la bouche jusqu'à cinq jours suivant l'extraction.
- Si après trois jours la douleur s'accroît au lieu de diminuer, n'hésitez pas à nous appeler.

Soyez sans crainte, vous vous sentirez sûrement mieux après quelques jours et pourrez reprendre vos activités habituelles. En cas de douleur, de saignements abondants, d'enflure pendant 2-3 jours ou de réaction à la médication prescrite, veuillez communiquer avec nous sans plus tarder au **450 447-4055**.