



# CABINET DENTAIRE "LA COLLINE"

Nouveau quartier d'affaires, lot. 5, la Colline 2 - Im. Le Mâignon - Casablanca  
Tel: +212 (522) 78.60.36 - (527) 01.10.75 - GSM: (661) 67.68.52



**DR. KAMAL ZEHRAOUI**

**Rubrique :** Les dents chez l'adulte

*Des précautions  
simples vous  
permettent  
d'éviter gêne et  
inconfort après  
une intervention*

*Mieux vaut  
prévenir que  
guérir : avant  
l'apparition  
éventuelle d'une  
douleur, prenez  
les antalgiques  
prescrits*

*Le sport est à  
éviter pendant  
quelques  
jours après  
l'intervention*

## Les bons conseils après une intervention chirurgicale

**Les interventions chirurgicales sont souvent suivies d'une gêne et d'un inconfort plus ou moins passagers selon l'acte réalisé. Quelques règles très simples vous aideront.**

### L'hygiène buccale et les bains de bouche

Une bonne hygiène buccale est la clé d'une cicatrisation rapide et de qualité. Après l'intervention, vous devez continuer vos brossages habituels dans les zones non douloureuses. Pour assurer la propreté de la zone opérée, faites les bains de bouche qui vous ont été prescrits avec le plus grand soin. Attention : ne commencez les bains de bouche que le lendemain de l'intervention, car des rinçages trop vigoureux dans les premières 24 heures risqueraient de provoquer un saignement et de retarder la cicatrisation.

### Le tabac

Il entrave de façon importante la cicatrisation. Son arrêt temporaire est vivement conseillé dans les jours qui suivent l'intervention, et en particulier dans les cas de pose d'implant, ou de greffe.

### Les médicaments

Suivez à la lettre les prescriptions de l'ordonnance qui vous a été remise au Cabinet dentaire. En cas d'intolérance à l'un des médicaments prescrits, contactez immédiatement le Cabinet.

### La douleur

Il est normal de ressentir une gêne après une intervention chirurgicale. Sachez qu'il est plus facile de prévenir la douleur que de la traiter une fois qu'elle est installée. C'est pour cette raison qu'il est préférable de prendre une première dose d'antalgique avant même la fin de l'anesthésie et de continuer les prises systématiquement les premiers jours, sans attendre que la douleur ne revienne. Si vous ressentez de fortes douleurs malgré la prise de vos médicaments, n'hésitez pas à nous en faire part pour que nous puissions éventuellement modifier notre prescription.

### Les saignements

Ils peuvent persister de quelques heures à quelques jours après l'intervention chirurgicale. La présence de saignements modérés ne doit pas vous inquiéter. Pour y faire face, appliquez une compresse propre au niveau du saignement et compressez avec le doigt ou en mordant sur la compresse pendant 10 à 30 minutes. Si le saignement persiste malgré tout, contactez le Cabinet. Evitez également de cracher les premiers jours car cela peut déclencher un saignement.

### Les œdèmes (gonflements) et les hématomes

Ils sont fréquents et parfois impressionnants. Les œdèmes peuvent être prévenus en appliquant une poche de glace sur la joue pendant une trentaine de minutes en la retirant de temps en temps. Les œdèmes et les hématomes disparaissent progressivement en quelques jours.

### L'alimentation

Elle doit être froide ou tiède pendant les 24 premières heures. Une alimentation trop chaude risque de faire saigner la plaie et de perturber la cicatrisation. Si vous avez du mal à mastiquer les premiers jours, adoptez une alimentation molle.

#### Nos Conseils

- Les interventions chirurgicales sont très fréquentes et leurs conséquences immédiates bien maîtrisées.
- N'hésitez pas à demander à votre praticien toutes les informations qui vous permettront d'être rassuré.