

Conseils post-opératoires et nutritionnels en implantologie, pour les patients des Drs Bertrand, Sfeir et Dubuc

Ce document a pour but d'optimiser et d'accélérer votre guérison. Suivez les instructions que vous y trouverez un jour à la fois.

Jour 1 (jour de la chirurgie et 1^{ère} nuit) :

- De l'enflure apparaîtra. Appliquez de la glace (30 minutes de glace 30 minutes de repos).
- Débutez les médicaments anti-douleur _____ et antibiotiques (sauf le rince-bouche antibiotique).
- Portez la prothèse temporaire toute la journée et toute la nuit.
- Ne brossez pas les dents, ni les implants.
- Ne rincez pas la bouche, ne crachez pas, et dormez le premier soir en position semi-assise.
- Vous pouvez manger mais la consistance des aliments doit être liquide à molle.

Jour 2 (le lendemain de la chirurgie et la 2^e nuit) :

- Vous devriez sentir vos lèvres et votre menton normalement. Si ce n'est pas le cas, joignez-nous svp.
- La douleur devrait avoir diminué, mais l'enflure peut avoir augmenté. Continuez la glace comme au jour 1.
- Il n'est pas rare de voir apparaître des bleus, parfois impressionnants, qui disparaîtront par eux-mêmes dans 5 à 7 jours.
- Portez la prothèse temporaire toute la journée et toute la nuit, sauf au brossage des implants et au rinçage de la bouche.
- Brossez vos dents normalement ainsi que vos implants (si ceux-ci sont visibles) avec le dentifrice de votre choix, et la brosse à dent chirurgicale que nous vous avons remise au moment de la chirurgie.
- Débutez le rince-bouche antibiotique tel que prescrit et rincez votre bouche avec de l'eau salée (1 cuillère à table comble dans 1 tasse d'eau) au moins 4 fois par jour.
- Après avoir brossé vos implants (s'ils sont visibles), ceux-ci doivent briller. Si ce n'est pas le cas, re-brossez.
- La diète continue d'être liquide à molle.

Jour 3 (incluant la 3^e nuit)

- Cessez la glace et appliquez des compresses chaudes et humides (30 min de chaleur puis 30 min sans chaleur).
- Appliquez ces compresses de chaleur humide jusqu'à ce que l'enflure ait complètement disparu (7 à 10 jours).
- Désormais, vous devez enlever la prothèse temporaire la nuit, et la faire tremper dans l'eau salée.
- Dans la mesure du possible, reposez-vous, et n'hésitez-pas à prendre congé.
- La diète continue d'être liquide à molle.

Jour 4 et pour les 6 semaines suivantes:

- La nourriture continue d'être liquide à molle. Voici des exemples:
- Smoothies non sucrés (fruits et légumes passés au robot culinaire).
- Soupes repas (minestrone, aux légumes avec légumineuses etc...).
- Purées et pâtes alimentaires très cuites sans morceaux durs.
- Le pain, brioches sont autorisés, mais doivent être trempés dans le café ou thé afin de le ramollir.
- Non autorisé : pizza, pita, légumes crus durs (carottes), salades, noix

À partir de la 7^e semaine:

- Vous pouvez manger des aliments plus fermes, tels que du tofu, des pâtes alimentaires "al dente" etc...
- À mesure que vous augmentez graduellement la consistance des aliments, vous ne devez ressentir aucune douleur.
- Si de la douleur apparaît, revenez immédiatement à la diète molle, et avisez-nous.
- Vous devriez parvenir à une diète complètement normale à partir de la 10^e semaine après la chirurgie.

En plus de ces précautions, si vous avez eu une greffe dans les sinus, nous vous demandons de **ne pas vous moucher ni éternuer (dans la mesure du possible) pour au moins deux semaines après la chirurgie.**

Si des questions subsistent, composez le **514-253-3233** pendant les heures ouvrables, et le **514-569-4656** en dehors des heures ouvrables. Si vous préférez nous joindre par courriel, voici nos adresses: cliniquebertrand@yahoo.ca et siodubp@yahoo.ca

Votre équipe dentaire au bureau des Drs Bertrand, Sfeir et Dubuc vous souhaitent une bonne guérison!