



À la suite d'une **extraction dentaire**

Il est possible que la plaie s'infecte après ce type d'intervention.

Afin de minimiser le risque de complication, nous vous invitons à suivre les conseils suivants :

- ❗ Ne consommez pas de nourriture ou boisson chaude durant les premières 24 heures après l'extraction. Optez pour des **préparations froides à tièdes**.
- ❗ Évitez les aliments acides tels que tomate, vinaigre, citron, etc.. pendant 3 à 4 jours. Essayez de manger des **aliments broyés ou ne nécessitant pas trop de force**.
- ❗ Ne vous rincez pas la bouche le jour de l'intervention. Si vous avez un mauvais goût dans la bouche, **buvez de l'eau ou laissez-la s'écouler dans l'évier sans mettre de pression**.
- ❗ Il est déconseillé de fumer les premiers jours après l'intervention. **Arrêtez temporairement la cigarette ou minimiser au moins sa consommation**.
- ❗ Évitez l'effort physique intense pendant 2 ou 3 jours.
- ❗ Si vous observez un nouveau saignement à domicile, **mordez sur une compresse ou un morceau de tissu propre pendant 30 minutes**. En cas de persistance du saignement **rappelez le centre médico-dentaire**.
- ❗ Vous pourrez commencer les **rinçages avec le bain de bouche** (s'il vous a été prescrit) **dès demain**, pas avant.
- ❗ **Conservez la poche de glace** (si elle vous a été remise) sur la zone opérée pendant **les 3 premières heures** en ayant soin de la **réfrigérer régulièrement**. Au-delà de ce laps de temps il n'est plus nécessaire de l'appliquer.

Ces conseils visent essentiellement à stabiliser le saignement et le caillot formé dans le site d'extraction, étape indispensable à la cicatrisation.

Il est normal de ressentir des douleurs durant 2-3 jours après l'intervention. Elles sont dues au processus de guérison. À partir de 4-5 jours, celles-ci devraient aller en diminuant. **Contactez le cabinet dentaire si les douleurs ne diminuaient pas ou allaient en augmentant**. Il est possible qu'un nettoyage supplémentaire de la plaie soit nécessaire.