

CONSEILS POST OPÉRATOIRES – GREFFE DE GENCIVE

*Vous venez de bénéficier d'une intervention chirurgicale gingivale.
Pour que la greffe cicatrise de manière optimale, le greffon doit rester immobile tout le long de la cicatrisation.*

Le jour de l'intervention :

- **Soyez au repos**, éviter les efforts physiques.
- **Ne pas cracher** si la zone opérée saigne.
- Ne pas faire de bains de bouche ni se brosser les dents aujourd'hui.
- **Prenez les antalgiques** (Paracétamol) de manière continue, c'est-à-dire une prise de 1g toutes les 4h (sans dépasser 4 g en 24h). Prenez les antalgiques sans attendre d'avoir des douleurs mais toutes les 4h même si vous n'avez pas du tout de sensibilités. Les jours suivants les antalgiques seront à prendre uniquement en cas de douleurs.

Pendant les 15 prochains jours :

- Il est important de laisser la zone opérée **immobile**, ne pas soulever la lèvre, ou faire des mouvements brusques.
- Manger des **aliments moelleux faciles à mastiquer**. Pas trop chaud ni trop froid, éviter autant que possible de aliments particuliers contenant donc des petits grains comme le quinoa, le riz, la semoule ou encore les grains de sésame de pavot.
- **Plats conseillés** : guacamole, compote, yaourt, gaspacho, purée, glace ou sorbet, smoothie, flan, terrine, omelette, poisson, mie de pain.
- Ne pas brosser la zone opérée. Pour le reste des dents à distance de la zone opérée, vous pourrez reprendre le brossage habituel 24h après l'intervention. Vous pourrez aussi commencer les bains de bouche en inclinant la tête vers la greffe gingivale sans agiter.
- Il est tout à fait normal de constater la présence d'un œdème du côté opéré. Cet œdème peut être plus ou moins volumineux en fonction des interventions et des patients. Il peut s'accompagner également d'un hématome (bleu) qui est également chose normale et ne doit pas être source d'inquiétudes.
- Il est aussi normal de sentir une tension, une fois les fils retirés, cette sensation s'estompera.

Après deux semaines post-opératoires :

- Vous pourrez utiliser la brosse à dent post chirurgicale. Pensez **IMPERATIVEMENT** à brosser la zone des la gencive vers la dent.
- Les tâches marrons apparues sur vos dents sont dues au bain de bouche. Pas d'inquiétudes, nous les retirerons une fois la gencive complètement cicatrisée.

Après 1 mois post-opératoire :

- Vous pourrez utiliser une brosse à dent souple en brossant toujours de la gencive vers la dent.

