

## CONSEILS POST-OPÉRATOIRES APRÈS UNE EXTRACTION DENTAIRE

### ● Pourquoi extrait-on une dent ?

Parfois les dents doivent être enlevées suite à un stade avancé de carie, une maladie du tissu de soutien de la dent ou un traumatisme de la dent. Enlever une dent s'appelle une extraction ou une avulsion dentaire.

Quand une dent est extraite, il est normal que des changements se produisent dans votre bouche. Votre dentiste vous donnera des conseils à suivre après l'extraction. Il est important de parler à votre dentiste de tout problème que vous rencontreriez. Voici quelques conseils simples pour vous aider à bien cicatriser.

### ● Quelle type d'anesthésie pour l'extraction dentaire ?

Avant une extraction, vous aurez une anesthésie locale. Votre bouche restera engourdie quelques heures après l'intervention. Pendant que votre bouche est endormie, vous devez faire attention à ne pas vous mordre les joues, les lèvres ou la langue. Ne fumez pas, ne buvez pas d'alcool et ne mangez pas. L'anesthésie doit disparaître après quelques heures. En cas de problème, contactez votre dentiste.

### ● Risques de saignements après l'extraction dentaire

Votre dentiste va mettre en place une compresse de gaze sur laquelle vous mordrez pour limiter les saignements juste après l'extraction. Ceci aide à la formation du caillot de sang, qui est nécessaire à la bonne cicatrisation de la plaie. Cette compresse doit être maintenue sous pression (sans trop forcer) pendant 30 minutes après votre rendez-vous pour permettre une bonne coagulation. Ne mâchez pas la compresse. Avalez normalement votre salive, ne crachez pas pour éviter de saigner.

La plaie peut saigner ou suinter après avoir retiré la compresse. Si c'est le cas, voici ce que vous devez faire :

- Plier un morceau de gaze stérile à placer directement sur le site de l'extraction,
- Appliquer une pression en mordant dessus. Maintenez la pression pendant au moins 30 minutes ;
- Ne pas passer votre langue sur le site de l'extraction ;

- Une quantité légère de sang peut fuir du site de d'extraction jusqu'à ce qu'un caillot se forme.
- Cependant si cela continue à saigner abondamment, contactez votre dentiste.

### ● Comment bien cicatriser après une extraction dentaire ?

Le caillot de sang qui se forme dans le site de l'extraction est important pour une bonne cicatrisation. Vous ne devez rien faire qui puisse déloger ce caillot. Voici quelques conseils pour le protéger :

- Ne fumez pas, ne rincez pas votre bouche abondamment, ne buvez pas avec une paille pendant 24 heures. Toutes ces pratiques créent une dépression en bouche, qui peut déplacer le caillot sanguin et retarder la cicatrisation ou provoquer un saignement ;
- Évitez les boissons alcoolisées ou les bains de bouche contenant de l'alcool pendant 24 heures ;
- Limitez les activités physiques intenses pendant 24 heures après l'extraction. Cela réduira les risques de saignements et aidera la cicatrisation ;
- Ne pas cracher car cela favorise le saignement ;
- Privilégier une alimentation mixée ;
- Ne rien boire ou manger de trop chaud ;
- Dormir la tête surélevée ;
- Parfois le caillot ne se forme pas le premier ou le deuxième jour après l'extraction, ou se forme mais ne reste pas en place. Il en résulte une plaie sèche. Cela peut être très douloureux et vous aurez besoin de retourner chez votre dentiste. Un pansement pourra être placé dans la plaie pour favoriser la cicatrisation et soulager la douleur.



## CONSEILS POST-OPÉRATOIRES APRÈS UNE EXTRACTION DENTAIRE

### Quelles sont les prescriptions de médicaments ?

Votre dentiste vous a prescrit des médicaments pour des raisons précises : douleurs, inflammation, infection. Suivez scrupuleusement ses prescriptions.

Si les médicaments contre la douleur n'ont pas un effet suffisant, ne prenez pas plus de comprimés par prise ou plus que la quantité maximale recommandée, mais contactez votre dentiste.

### Peut-on se brosser les dents après une extraction dentaire ?

Ne brossez pas vos dents à côté du site de l'extraction pour le reste de la journée. Vous pouvez cependant brosser vos dents et passer le fil dentaire ou les brossettes interdentaires entre les autres dents. Vous pouvez également brosser votre langue. Ceci vous aidera à vous débarrasser de la mauvaise haleine et de goût désagréable qui sont fréquents après une extraction, mais ne rincez pas avec de l'eau ou des bains de bouche le premier jour.

Essayez de rincer très doucement votre bouche pour ne pas déloger le caillot sanguin. N'utilisez pas de bain de bouche pendant ce premier temps de cicatrisation sans avis de votre dentiste.

### Peut-il y avoir un risque d'inflammation et de douleur après une extraction dentaire ?

Après l'extraction de la dent, vous pouvez avoir quelques sensations inconfortables et remarquer un gonflement (œdème). C'est normal. Pour réduire le gonflement et la douleur, appliquer une poche de glace ou de froid sur votre visage en intercalant une serviette éponge pour ne pas avoir la glace à même la peau. Votre dentiste vous aura donné des instructions sur la durée et la fréquence d'utilisation de cette poche de glace.

>>> L'AUTRE FICHE À LIRE ET LIÉE À CE SUJET

- Fiche dents de sagesse

Si vous avez l'un des signes suivants, contactez votre dentiste immédiatement. Si vous ne parvenez pas à le joindre, adressez-vous à un médecin de garde ou aux urgences :

- Fièvre, nausée ou vomissements,
- Douleur intense ou qui ne cède pas aux anti-douleurs, saignement, gonflement important,
- Des douleurs qui augmentent avec le temps au lieu de diminuer.

### Peut-on boire et manger après une extraction dentaire ?

Après l'extraction, buvez abondamment mais doucement de l'eau et mangez léger. Evitez les boissons chaudes et les boissons alcoolisées. N'utilisez pas de paille. Pour les jours suivants, essayez de mâcher du côté opposé au site de l'extraction. Quand vous vous sentez mieux, vous pourrez à nouveau mâcher des deux côtés.

### Faut-il faire un suivi après une extraction dentaire ?

Si vous avez des sutures qui doivent être retirées, votre dentiste vous donnera un nouveau rendez-vous pour procéder à leur retrait.

