

Conseils suivant votre greffe de gencive

Le jour de votre intervention :

1. Vous devez porter votre plaque (ou prothèse selon le cas) toute la journée jusqu'au lendemain matin.
2. Il est important que le pansement recouvrant le greffon demeure immobile pour les 48 premières heures suivant l'intervention. Veuillez, pendant cette période, éviter cette région lors de la mastication d'aliments plus durs ou lors du brossage.
3. Il est important de ne pas cracher, afin de ne pas déclencher un nouveau saignement, une fois celui-ci contrôlé. Si vous devez vous rincer la bouche, vous devez le faire délicatement.
4. Évitez le contact avec les doigts sur la région soignée.
5. Prenez la médication suggérée en respectant les consignes du dentiste.
6. La diète devrait consister en des liquides froids ou tièdes pour les 6 premières heures, ensuite des aliments mous peuvent être mangés du côté opposé au site de la greffe.
7. Évitez toute activité sportive ainsi que de pencher la tête vers le sol.

8. Vous pouvez brosser vos dents, en étant toutefois délicat près de la région opérée.
9. Ne jamais fumer la journée même de l'intervention. Vous risquez de développer soit une infection, soit une inflammation très douloureuse du site opéré.
10. Ne pas prendre d'alcool ou de rince bouche contenant de l'alcool (par exemple *Scope* et *Listerine*).
11. Vous pouvez appliquer des compresses froides sur le visage à raison de 10 minutes chaque heure. Cela minimisera l'enflure.

Le jour d'après :

1. Le lendemain matin, enlevez la plaque ou prothèse et bien rincer à l'eau tiède. Remplacez-la au besoin. Vous pouvez porter votre plaque à votre guise, soit en mangeant seulement, entre les repas ou en tout temps. La plaque est conçue pour votre confort.
2. Rincez la bouche avec une solution salée (½ cuillère à thé de sel dans un verre d'eau tiède) après les repas. Vous devez enlever la plaque lors du rinçage. Vous pouvez substituer l'eau et le sel par des produits vendus chez votre pharmacien. Nous recommandons le *Peroxyd* de *Colgate* ou l'*Amosan* de *Oral-B*. Ce sont 2 produits vendus sur les tablettes, qui ne nécessitent aucune prescription.
3. Continuez de prendre la médication prescrite, au besoin.

4. Toute enflure et décoloration des tissus sont normales dans les jours qui suivent. Elles persisteront pendant environ 1 semaine en diminuant graduellement.
5. Évitez l'alcool et les rinces bouches alcoolisés (*Scope, Listerine*).

Les journées suivantes jusqu'au rendez-vous de contrôle :

1. Si le pansement bouge, veuillez ne pas tirer dessus. S'il tombe de lui-même, évitez de toucher la région au brossage et continuez de rincer avec le rince bouche suggéré.
2. La douleur, si présente, est tout à fait normale. Prenez les analgésiques suggérés ou prescrits, au besoin. Dans le cas de douleur qui augmente au fil des jours, veuillez communiquer avec la clinique.
3. Toute enflure de plus en plus présente n'est pas normale. Veuillez communiquer avec nous. Une infection est probable.
4. En cas de saignement au palais, portez la plaque environ 30 minutes. Ce saignement, s'il se produit au cours des premiers jours, est normal.