



Guide à l'intention des
patients et des familles
2020

Après l'extraction des dents ou l'extraction des dents de sagesse

Also available in English: *After
Dental Extractions or Wisdom
Teeth Removal (WU85-0646)*



www.nshealth.ca

Après l'extraction des dents ou l'extraction des dents de sagesse

Douleur et inconfort

- Quand l'effet de l'anesthésie locale s'estompera ou que la région dégèlera, vous pourriez ressentir de la douleur et de l'inconfort dans les mâchoires. Cela est normal et pourrait durer quelques jours. L'intensité de la douleur varie d'une personne à l'autre.
- Si des médicaments antidouleur (analgésiques) vous ont été prescrits, prenez-les selon les directives. Il est possible que les analgésiques ne soulagent pas entièrement la douleur. Rappelez-vous aussi que la douleur pourrait continuer de s'intensifier après la chirurgie, avant de commencer à diminuer.

Vous avez des questions? N'hésitez pas à les poser. Nous sommes là pour vous aider.

Saignements

- Après l'extraction d'une dent (enlèvement), l'alvéole dentaire (« trou » ou « cavité ») se remplit de sang et forme un caillot ou une croûte, comme une coupure sur la peau. Essayez de ne pas rompre ou déloger les caillots qui se trouvent aux endroits des extractions. Gardez votre langue, votre brosse à dents et la nourriture rugueuse loin des caillots. **N'utilisez pas de pailles, puisque le fait d'aspirer peut faire sortir les caillots des alvéoles et causer des saignements.**
- Il est possible qu'un peu de sang s'écoule des alvéoles pendant quelques heures après la chirurgie. Si vous avez du sang, il s'agit probablement d'une grande quantité de salive mélangée à un peu de sang. Si vous avez l'impression que les sites d'extraction saignent trop, suivez les étapes suivantes.
 1. Lavez-vous les mains.
 2. Mouillez deux ou trois tampons de gaze de 2 po x 2 po. Roulez chacun des tampons en boule.
 3. Placez les tampons sur les alvéoles qui saignent.
 4. Mordez fermement dans les tampons pendant 20 à 30 minutes, en appliquant une forte pression sur la ou les alvéoles.Répétez ces étapes deux à trois fois, au besoin.

- Si vous n'avez pas de tampons de gaze, vous pouvez utiliser le coin d'une débarbouillette ou des sachets de thé mouillés. Habituellement, cela arrête le saignement. Si le saignement continue, appelez la clinique au 902-473-2070. Ne vous inquiétez pas si vous voyez quelques taches de sang sur votre oreiller le matin, au réveil.

Enflure

- L'enflure est normale à l'extrémité de vos mâchoires et sur les joues. Elle s'aggravera au cours des deux à trois jours qui suivent la chirurgie avant de commencer à diminuer.
- Vous pouvez diminuer l'enflure en mettant de la glace à l'extrémité de vos mâchoires pendant les 24 premières heures. Vous pouvez appliquer un sac de glace ou de petits pois surgelés enveloppé dans un linge ou une serviette sur votre visage et vos mâchoires pendant une vingtaine de minutes. Habituellement, la première journée, appliquer le sac durant 20 minutes, puis le retirer pendant 20 minutes (sauf quand vous dormez la nuit) aide à diminuer l'enflure. Rappelez-vous que, généralement, l'enflure est à son maximum le deuxième ou troisième jour après la chirurgie.

Difficulté à avaler et à ouvrir grand la bouche

Vous pourriez avoir du mal à ouvrir grand la bouche pendant quelques jours à cause de la chirurgie. Avaler pourrait aussi être difficile (pendant les premières heures), en raison de l'engourdissement causé par la sédation, de l'inconfort et de la douleur (au cours des jours qui suivent). Cela pourrait vous déranger.

Ecchymoses (bleus)

Vous pourriez avoir des bleus à l'extrémité des mâchoires et dans le cou après quelques jours. Si vous avez tendance à avoir des bleus facilement, vous pourriez en avoir plus que la moyenne des gens.

Malaises et fièvre

Vous pourriez ne pas vous sentir bien et faire de la fièvre une ou deux journées après la chirurgie. Vous pourriez avoir mal au cœur ou vomir. Cela peut être causé par les antidouleurs, la chirurgie ou les sédatifs utilisés pendant la chirurgie (médicaments ayant servi à geler votre bouche et à vous détendre). Cela s'améliorera avec le temps.

Hygiène

- **Ne vous rincez pas la bouche au cours des 24 heures qui suivent la chirurgie.** Cela pourrait faire sortir les caillots des alvéoles et entraîner des saignements.
- Après 24 heures, commencez à vous rincer la bouche **doucement** avec de l'eau salée (une pincée de sel dans un verre d'eau un peu chaude). Laissez l'eau s'écouler doucement de votre bouche plutôt que de cracher.
- Au fur et à mesure que l'incision (coupure) dans la gencive guérira, vous pourrez vous rincer la bouche avec plus de vigueur.
- Pendant une semaine, ne vous rincez pas la bouche avec autre chose qu'un rince-bouche sur ordonnance ou de l'eau salée.
- Vous pouvez vous brosser les dents après 24 heures, mais ne brossez pas aux endroits des extractions pendant cinq à sept jours.
- Si vous avez temporairement des alvéoles ou « trous » ouverts, vous pourriez devoir vous rincer la bouche plus souvent pour garder les alvéoles propres jusqu'à ce qu'elles soient guéries.

Alimentation

- **Ne mangez pas d'aliments chauds ou ne buvez pas de liquides chauds pendant 24 heures.** Vous pouvez manger des aliments froids et mous et boire des liquides froids pendant les 24 premières heures.
- Essayez de manger des aliments plus mous les deux ou trois premiers jours, comme de la crème-dessert, de la crème glacée, du yogourt et des soupes. Les aliments plus mous ne déchireront pas les points de suture et ne resteront pas coincés dans les alvéoles ouvertes.
- Après les premiers jours, évitez que les aliments plus rugueux ne se retrouvent dans les alvéoles ouvertes jusqu'à ce que vous soyez assez à l'aise pour mastiquer.
- Il est possible que les tissus de la gencive ne recouvrent pas les alvéoles avant plusieurs semaines. Les aliments resteront probablement coincés dans les alvéoles jusqu'à ce qu'elles soient complètement refermées. Cela pourrait causer des problèmes de mauvaise haleine et de mauvais goût dans la bouche. Vous pouvez vous rincer la bouche avec de l'eau salée (comme indiqué à la page 5) pour la garder propre.

Infection

L'infection s'installe parfois après l'extraction de dents de sagesse. Après la première période d'enflure (deux à trois jours), l'enflure, la douleur et l'inconfort qui persistent peuvent être des signes d'infection. Vous pourriez faire de la fièvre ou vous sentir malade. Du pus pourrait s'écouler d'une alvéole infectée et vous laisser un mauvais goût dans la bouche. Si c'est le cas, appelez la clinique au 902-473-2070.

Points de suture

Si vous avez des points de suture sur les gencives, ils fondront (disparaîtront) d'eux-mêmes en trois à huit jours. Vous pourriez alors voir un peu de sang dans votre salive.

Sédation et anesthésie

On pourrait vous avoir administré un sédatif intraveineux (IV). Si c'est le cas, il est possible que vous ne vous souveniez pas beaucoup de la chirurgie. Le médecin et le personnel veilleront à ce que vous ayez suffisamment récupéré avant de vous laisser partir.

Même si vous vous sentez réveillé et alerte après la chirurgie, des sédatifs pourraient encore être présents dans votre corps.

Après la chirurgie

- **Ne conduisez pas de voiture et ne faites pas de tâches dangereuses pendant 24 à 48 heures (une journée ou deux)** (par exemple, n'utilisez pas d'outils électriques).
- Ne signez aucun document juridique important.
- Restez à la maison et reposez-vous pendant au moins 24 heures. Il doit y avoir quelqu'un avec vous à la maison pendant les 24 premières heures.

Tabagisme

Le tabagisme peut ralentir le processus de guérison ou entraîner une infection ou une alvéolite. Si vous fumez, vous devriez essayer d'éviter de fumer pendant la guérison des alvéoles. Cela pourrait prendre de deux à trois semaines. Si vous ne pouvez pas attendre une aussi longue période, il est préférable pour vous d'arrêter de fumer le plus longtemps possible après la chirurgie. Demandez au personnel des ressources sur le renoncement au tabac ou la thérapie de remplacement de la nicotine.



Alvéolite

- Une alvéolite peut se produire après n'importe quelle extraction dentaire. Après la diminution de la douleur initiale causée par la chirurgie, la douleur revient au même endroit. L'alvéole devient très douloureuse et les antidouleurs n'aident pas. La douleur se répand à l'avant de la mâchoire ou à l'oreille.
- Selon l'intensité de la douleur, vous pourriez devoir vous rendre à la clinique pour que l'alvéole soit traitée au moyen de médicaments. L'alvéolite est plus fréquente sur la mâchoire inférieure. Elle est plus courante chez les femmes que les hommes, les femmes qui prennent des contraceptifs oraux, les personnes plus âgées et les fumeurs.
- Rappelez-vous qu'il est possible de présenter quelques-uns des symptômes ou l'ensemble de ceux-ci selon la difficulté que représentait l'extraction de votre ou de vos dents.

Questions urgentes

Composez le 902-473-5238 entre 8 h 30 et 15 h 30. S'il n'y a pas de réponse, laissez un message. Si vous appelez après les heures d'ouverture de la clinique, composez le 902-473-2222 et demandez que le résident en chirurgie buccale et maxillo-faciale sur appel soit appelé par téléavertisseur. Restez en ligne et le résident vous répondra rapidement.

Questions non urgentes

Téléphonez à la Clinique de chirurgie buccale et maxillo-faciale au 902-473-2070 entre 8 h 30 et 16 h 30 (du lundi au vendredi).

La présente publication n'est qu'un guide.
Si vous avez des questions, parlez à votre fournisseur de soins de santé. Nous sommes là pour vous aider.

Notes

Vous avez besoin d'autres informations sur des questions de santé?

Vous trouverez la présente publication et toutes nos autres ressources à l'intention des patients à <http://library.nshealth.ca/PatientGuides> (en anglais seulement). Communiquez avec la bibliothèque publique de votre région pour obtenir des livres, des vidéos, des magazines et d'autres ressources. Pour plus d'informations, allez à <http://library.novascotia.ca/fr>. Vous pouvez parler à une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse en tout temps, en composant le 8-1-1. Vous pouvez aussi consulter le <https://811.novascotia.ca/?lang=fr>. Pour découvrir d'autres programmes et services offerts dans votre collectivité, composez le 2-1-1 ou allez à <http://ns.211.ca> (en anglais seulement).

La Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse fait la promotion d'un environnement sans fumée, sans vapeur et sans parfum. Nous vous remercions de ne pas porter ni utiliser de produits parfumés.
www.nshealth.ca

Préparation : Service de chirurgie buccale et maxillo-faciale, QEII

Conception : Services de la bibliothèque de la Régie

Les renseignements contenus dans la présente publication sont fournis uniquement à titre d'information et d'éducation. Ils ne remplacent pas les conseils médicaux ou les soins de santé offerts par un professionnel de la santé. Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé.

FF85-1786 © Février 2020 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse

Les renseignements contenus dans la présente publication sont mis à jour tous les trois ans ou au besoin.