

# Chirurgie orthognatique soins post-opérative

Hôpital Général de Montréal - Département de chirurgie buccale et maxillofaciale



# Soins post-opératoires

## Congestion nasale/Mal de gorge:

- ▶ Lié à l'intubation endotrachéale durant votre chirurgie.
- ▶ Utilisez un spray nasal d'eau saline pour garder les voies respiratoires dégagées. C'est normal de se sentir congestionné suite à votre chirurgie.
- ▶ Cela devrait disparaître dans quelques jours après la chirurgie.



## Douleur et enflure:

- ▶ La douleur et l'enflure augmentent généralement 48 à 72 heures après votre chirurgie et devraient tranquillement diminuer au cours des 2 semaines suivantes.
- ▶ Des médicaments anti-douleurs vous seront prescrits - prenez les selon les directives de votre médecin.
- ▶ Certains analgésiques peuvent constiper. Vous pouvez acheter des émoullients fécaux à votre pharmacie si non prescrit (Par ex. Colace Ducolax, Lax-a-day).
- ▶ Appliquez de la glace au visage à des intervalles de 20 minutes, pendant les 2-3 premiers jours suite à votre chirurgie. Après 3 jours, vous pouvez utiliser des compresses chaudes à des intervalles de 20 à 30 minutes.
- ▶ Dormez avec 2 oreillers derrière la tête pour aider à diminuer l'enflure pour la première semaine.
- ▶ Portez le pansement compressif ou "jaw bra" pendant 48 heures, si vous le tolérez.



# Soins post-opératoires

## Engourdissement:

- ▶ Suite à votre chirurgie, vous ressentirez des sensations altérées ou un engourdissement partiel par endroit, notamment au lèvres, au menton, à la langue, aux joues et aux dents.
- ▶ Au cours des 3 à 6 prochains mois, les petites fibres nerveuses vont se régénérer et se rétablir.
- ▶ Pendant la guérison, vous pourriez ressentir des sensations de chaleur et de picotement dans les zones touchées. Celles-ci peuvent persister plus de 6 mois et, dans certains cas, l'alteration des sensations peut persister pendant une longue période. Les patients s'adaptent souvent à cette sensation modifiée sans grande difficulté.

## Ecchymoses:

- ▶ Des ecchymoses modérées à sévères sont à prévoir.
- ▶ Les ecchymoses apparaîtront peu de temps après votre chirurgie et peuvent durer 2 semaines.

# Soins post-opératoires

## Saignement:

- ▶ Après votre chirurgie, il est normal d'avoir des petits saignements au site d'intervention ou au nez. Si vous constatez des saignements significatif au site d'intervention ou au nez, veuillez contacter le résident de garde de la Chirurgie buccale et maxillofaciale à l'HGM.
- ▶ Il est normal d'avoir du sang dans la salive ou sur votre oreiller jusqu'à une semaine après votre intervention.
- ▶ Pour empêcher les saignements, gardez la tête élevée et appliquez de la glace sur l'endroit touché.
- ▶ Utilisez des tampons de gaze si vous en avez. Sinon, vous pouvez appliquer une légère pression avec un linge propre ou un sachet de thé humide.

## Nausée:

- ▶ Vous pouvez boire une petite quantité de boisson gazeuse (Par ex. Ginger ale, Sprite/7up, etc.) aux 5 à 6 heures pour aider à soulager votre nausée.
- ▶ Vous pouvez prendre des médicaments anti-nausée si prescrit. Sinon, vous pouvez vous en procurer en vente libre à votre pharmacie (Par ex. Gravol).
- ▶ Certains antidouleurs peuvent causer de la nausée. Essayer plutôt de prendre du Tylenol ou des Ibuprofène.
- ▶ Si vos nausées persistent, veuillez contacter notre clinique.



# Soins post-opératoires

## Infection:

- ▶ Si votre médecin vous a prescrit un antibiotique, prenez-le tel qu'il a été prescrit et assurez-vous de suivre le traitement jusqu'à la toute fin.
- ▶ Signes d'infection : augmentation de la douleur ou l'enflure récurrente après 5 jours, goût ou odeur désagréable dans la bouche, ou les deux, une température de 38°C et plus.

## Retour au travail ou l'école:

- ▶ Vous pouvez vous attendre à être absent(e) du travail ou de l'école pendant au moins 2 semaines et même jusqu'à 4 semaines.
- ▶ Nous encourageons à retourner au travail ou à l'école dès que vous vous sentez suffisamment bien pour le faire.

# Soins post-opératoires

## Diète:

- ▶ Pendant les 2 premières semaines, vous devrez suivre une diète de préparations “mixes”/liquides : liquide clairs (eau, boisson gazeuse, Gatorade, soupes claires), smoothies, crème glacée, yogourt, boissons protéinées et suppléments protéinés.
- ▶ Après les 2 premières semaines, si vous n’avez eu aucune complication et après discussion avec votre chirurgien, vous pourrez commencer un régime alimentaire de purées/nourriture molle (purée de pommes de terre, oeufs brouillés, poisson, pâtes bien cuites, etc.)
- ▶ Après 6-8 semaines, vous pourrez passer progressivement à une mastication normale avec l’accord de votre chirurgien. Continuez à éviter les aliments très durs et évitez de mettre de la pression sur la mâchoire jusqu’à au moins 3 mois après votre chirurgie.
- ▶ Pensez à incorporer des suppléments alimentaires comme Ensure, Boost, etc.



# Soins post-opératoires

## Hygiène buccale:

Il est très important de maintenir une bonne hygiène bucco-dentaire pour aider à prévenir les infections post-opératoires ainsi que les caries dentaires et les maladies des gencives.

- ▶ Utilisez régulièrement de l'eau tiède salée (1/2 cuillère à thé de sel dans une tasse d'eau tiède) après avoir mangé. Vous pouvez également utiliser le rinçage-bouche Chlorhexidine ou Peridex si prescrit - utilisez-le comme indiqué.
- ▶ Brossez-vous les dents régulièrement avec une brosse à dent à soies souples pour bébé. Vous pouvez retirer vos élastiques pour bien brosser, mais n'oubliez pas de les remettre en place après le brossage.
- ▶ N'utilisez pas de "Waterpik" pendant les 2 semaines suivant votre chirurgie. Les débris alimentaires pourraient être forcé dans les site chirurgicales.



# Soins post-opératoires

## Activité:

- ▶ Aucune activité intense physique n'est autorisée pendant au moins 6 semaines après votre chirurgie.
- ▶ Pas de course intense, de musculation, etc.
- ▶ Pas de sports de contact
- ▶ Les promenades de courte durée ou une activité de faible intensité sont recommandées.



## Physiothérapie:

- ▶ Nous recommandons les exercices de la mâchoire/bouche après la chirurgie (ouvrir la bouche et la refermer le plus grand possible, de manière passive et lente).
- ▶ Au cours des premiers 2 semaines, vous devrez pouvoir ouvrir votre bouche d'un espace de la largeur de 2 doigts. Vers la 3<sup>ème</sup> ou 4<sup>ème</sup> semaine, vous devriez être capable d'ouvrir la bouche de la largeur de 3 doigts.
- ▶ Pour y arriver, placez des compresses chaudes sur les articulations de votre mâchoire de chaque côté de votre visage et massez doucement. Ensuite, ouvrez votre mâchoire le plus grand possible de manière lente et passive.
- ▶ Suivez les instructions de votre chirurgien avant de commencer les exercices d'ouverture de la bouche.

# Soins post-opératoires

## Pansement du menton:

- ▶ Si vous avez eu une chirurgie au menton (génioplastie), veuillez garder le pansement pendant 5 jours suite à votre intervention.
- ▶ Vous pouvez prendre une douche. Mais il faut garder le pansement du menton sec.
- ▶ Le cinquième jour, vous pouvez enlever le pansement. Il est préférable de le faire sous la douche (la vapeur facilitera le retrait du pansement).



## Précautions sinusales:

Si vous avez subi un chirurgie à la mâchoire supérieure (ostéotomie Le Fort I ou ERRAC), vous devez respecter les précautions sinusales pendant au moins 4 semaines.

- ▶ Ne pas fumer
- ▶ Ne pas moucher
- ▶ Pas d'éternuement avec le nez et la bouche fermés
- ▶ Pas de pailles
- ▶ Pas de voyages en avion, de natation ou de plongée sous-marine

# Chirurgie buccale et maxillofaciale Coordonnées

Hôpital Général de Montréal - Département de chirurgie buccale et  
maxillofaciale

1650 A3-101 avenue Cedar  
Montréal, Québec H3G 1A4

**Numéro de téléphone: (514) 934-8063 poste #45570**  
**Options: 2 + 5 + 5**

En cas d'urgences, veuillez contacter notre clinique ou vous présenter à  
l'urgence de l'Hôpital Général de Montréal.

En dehors de nos heures d'ouverture, vous pouvez contacter par  
téléavertisseur le résident de garde en Chirurgie buccale et maxillofaciale à  
l'Hôpital Général de Montréal (514) 934-1934 poste #53333

# Rendez-vous de suivi

[  ] Département de Chirurgie buccale et maxillofaciale, 3ième étage, Hôpital Général de Montréal, 1650 avenue Cedar A3-101, Montréal, Québec H3G 1A4

[  ] Sera organisé par la clinique privée de votre chirurgien/chirurgienne

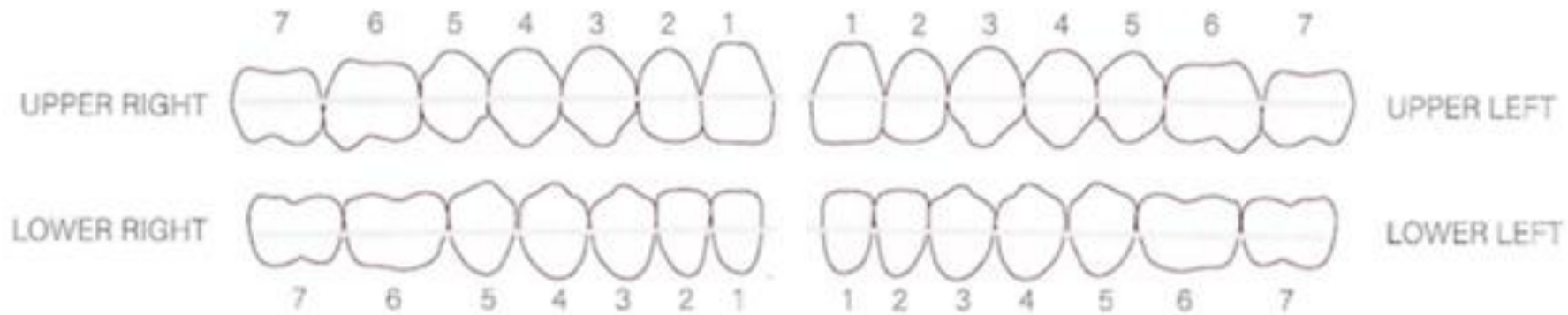
Notes additionnelles:

---

---

---

# Vis/crochets chirurgicaux et élastiques



Il est possible qu'on vous ait installé des élastiques accrochés à des vis ou à des crochets orthodontiques pour garder votre mâchoire en place. Au besoin, veuillez suivre le modèle ci-haut pour replacer vos élastiques.