

APRÈS MA GREFFE GINGIVALE LIBRE

Les bons gestes pour protéger le greffon et favoriser la cicatrisation

LES PREMIÈRES 24 HEURES

Ne rincez pas, ne crachez pas, ne sucez pas.

Ne touchez pas la greffe et **ne tirez pas sur la lèvre ou la joue pour regarder.**

Gardez la tête légèrement surélevée. Une salive rosée ou un léger suintement est normal.

Pas de tabac. Évitez alcool et boissons très chaudes. Pas de sport ni d'effort physique pendant 7 à 15 jours.

HYGIÈNE & ALIMENTATION

Ne brossez pas les zones opérées tant que les sutures sont en place.

Brossez normalement les autres dents avec une brosse souple.

À partir de 24 h : utilisez uniquement les bains de bouche ou sprays **prescrits**, sans rinçage vigoureux.

Pendant 3 à 5 jours : aliments mous, froids ou tièdes. Mastiquez du côté opposé.

LA GREFFE & LE PALAIS

La greffe peut être **pâle, blanchâtre ou sembler figée** les premiers jours : c'est normal.

Le palais peut être plus sensible, avec une sensation de brûlure ou d'écornure.

Une couche blanchâtre peut apparaître sur le palais : elle fait partie de la cicatrisation.

Ne mobilisez jamais le greffon et ne tirez jamais sur un fil.

PLAQUE OU COLLE AU PALAIS

Si une plaque a été posée : gardez-la en continu pendant 48 h. Ensuite, retirez-la pour le nettoyage puis remettez-la ; suivez les consignes jusqu'au contrôle.

Si une colle biologique a été utilisée : ne la retirez pas. Elle se détache spontanément, généralement en 7 à 10 jours.

DOULEUR, GONFLEMENT & SAIGNEMENT

Prenez uniquement les médicaments prescrits, selon l'ordonnance.

Glace sur la joue : 15 à 20 min à la fois, avec un tissu protecteur.

En cas de saignement : restez calme, tête surélevée, et réalisez une **compression douce 15 à 20 min sans relâcher.**

QUAND NOUS CONTACTER ?

Douleur intense ou croissante, gonflement important, fièvre, mauvaise odeur ou mauvais goût persistant.

Saignement abondant ou persistant.

Problème avec les sutures, la plaque ou le pansement, ou **impression que le greffon bouge.**

LE PLUS IMPORTANT

On ne touche pas, on ne teste pas et on ne tire pas sur la lèvre pour regarder. Le greffon doit rester parfaitement immobile pendant la cicatrisation.