

Production

© CISSS de la Montérégie-Centre

Édition : octobre 2023

Code d'impression : 5052

**Centre intégré
de santé et de
services sociaux de
la Montérégie-Centre**

Québec 



**Droit
au
cœur**

Chirurgie maxillo-faciale

Feuillelet d'information

Vous subirez bientôt une chirurgie maxillo-faciale.

- Reconstruction par greffe osseuse
- Implant dentaire ou extraction dentaire
- Ablation d'un kyste ou d'une tumeur
- Expansion palatine rapide assistée chirurgicalement (EPRAC)
- Chirurgie de l'articulation temporo-mandibulaire (ATM)

Nous vous invitons à lire ce feuillet d'information qui vous aidera à vous préparer pour les différentes étapes de votre chirurgie. Gardez-le à portée de main pour le consulter et suivre les recommandations.

La préparation de votre chirurgie

Cessez la consommation d'alcool

La consommation d'alcool diminue l'efficacité des médicaments utilisés lors de la chirurgie ou pour le soulagement de votre douleur.

Cessez l'utilisation de produits à base de nicotine

Nous vous recommandons de cesser de consommer des produits à base de nicotine, ce qui comprend la cigarette, le cigare et la vapoteuse, et ce, 4 semaines avant votre chirurgie. La nicotine est associée à des risques de complications pendant et après votre chirurgie.

Si vous avez besoin d'aide pour vous soutenir dans ce processus, vous pouvez communiquer avec :

- un des centres d'abandon du tabagisme : 1 833 611-4903
- la ligne téléphonique J'ARRÊTE : 1 866 JARRETE (527-7383)
- le site Internet J'ARRÊTE : quebecsanstabac.ca/jarrete/

Numéros de téléphone utiles

Hôpital Charles-Le Moyne

Chirurgie d'un jour
450 466-5000, poste 3556

Hôpital du Haut-Richelieu

Chirurgie d'un jour
450 359-5000, poste 2346

Espace sourire

3550, boulevard Fréchette,
Chambly (Québec) J3L 6Z6
450 658-7575
info@espacesourire.ca

Montréal maxillo-facial inc.

4905, boulevard. Lapinière, bureau 4400
Brossard (Québec) J4Z 0G2
450 676-3613
info@mtlmf.com

Maxillo Montérégie

450, boulevard Sir-Wilfrid-Laurier, suite 203
Mont-Saint-Hilaire (Québec) J3H 3N9
450 467-6363
info@maxillomonteregie.com

Info-Santé 811

Appelez votre chirurgien (clinique de suivi) en urgence ou rendez-vous à l'urgence de l'hôpital situé le plus près de votre domicile.

Si vous présentez un de ces symptômes :

- **saignement abondant** de la plaie ou du nez, non contrôlé même en suivant les recommandations de ce feuillet;
- enflure nuisant à votre respiration ou votre déglutition (avaler);
- douleur intense non soulagée par la médication prescrite;
- symptômes reliés à la **thrombophlébite**, soit :
 - enflure ou douleur au mollet qui augmente à la marche;
 - essoufflement (souffle court);
 - douleur au thorax;
- diminution progressive ou rapide de votre taux d'oxygène sur votre saturomètre;
- apparition d'un ou plusieurs **signes d'infection**, 3 à 5 jours suivant votre chirurgie :
 - fièvre de plus de 38,5 °C, enflure ferme et douloureuse de la joue, difficulté à ouvrir la bouche, mauvais goût dans la bouche, présence d'un liquide blanc-jaune (pus) ou difficulté à avaler.

Questions pour l'équipe de soins

La veille de votre chirurgie

Hygiène corporelle

- Prenez une douche et utilisez un savon doux non parfumé pour le corps. Lavez vos cheveux comme à l'habitude.
- Rasez votre barbe et votre moustache.
- Retirez votre maquillage, vos ongles artificiels et votre vernis à ongles.

Il est important pour l'équipe médicale de voir la coloration de vos doigts et de vos orteils. Cela indique si une quantité suffisante d'oxygène est transportée dans votre sang.

- Enlevez tous vos bijoux et vos perçage corporels.
La présence de métal augmente les risques de brûlure lors d'utilisation d'appareils chirurgicaux électriques.

Alimentation

- Cessez de manger à minuit.

Hydratation

- Vous pouvez boire des liquides clairs, comme le jus de pommes, le jus de canneberges ou le thé glacé du commerce, et ce, jusqu'à **5 h 30, le jour de votre convocation pour votre chirurgie.**
- Vous pouvez aussi boire de l'eau, du thé ou du café sans lait.
- Vous ne pouvez pas boire de liquides opaques (exemples : produits laitiers, lait végétal, liquide avec pulpe smoothie, etc.)

Le matin de votre chirurgie

À apporter à l'hôpital

- ce feuillet d'information
- votre carte assurance maladie et votre carte d'hôpital
- vos lunettes, vos appareils auditifs et vos dentiers ainsi que leur contenant pour les ranger

*Il est important qu'une personne vous accompagne à votre chirurgie.

À ne pas apporter à l'hôpital

- objets de valeur
- cartes de crédit
- bijoux

Présentez-vous à l'unité de chirurgie d'un jour, à l'heure de votre convocation pour votre chirurgie.

(Vous devrez vous présenter au même endroit si votre chirurgie nécessite une hospitalisation.)

Hôpital Charles-Le Moyne
2^e étage Nord
450 466-5000, poste 2499

Hôpital du Haut-Richelieu
2^e étage
450 359-5000, poste 3138

Reprise des activités

Il est important de rester actif en période postopératoire. Vérifiez dans le tableau qui se trouve plus bas à quel moment vous pourrez reprendre vos activités.

- Durant votre convalescence, évitez de rester coucher, levez-vous et marchez un minimum de 3 fois par jour.

Types d'activités	Exemples	Reprise
<i>Activités légères de la vie quotidienne</i>	marcher, cuisiner, faire le ménage, faire des emplettes, prendre une douche ou un bain, etc.	dès que possible, selon votre tolérance
<i>Activités sans risque de contact ou chute</i>	course à pied, promenade à vélo, travail, jardinage, etc.	6 semaines après votre chirurgie
<i>Activités intenses avec risque de contact ou chute</i>	ski, vélo de montagne, boxe, entraînement intensif en salle de gym, crossfit, etc.	10 semaines après votre chirurgie
<i>Levée de charges lourdes</i>	environ 20 livres	6 semaines suivant votre chirurgie
<i>Baignade</i>	spa, piscine ou lac	7 jours après la chirurgie en gardant la tête hors de l'eau jusqu'à la guérison complète
<i>Conduite automobile</i>	Évitez de conduire si vous prenez des narcotiques pour soulager la douleur. Vous devez être capable de réaliser des mouvements latéraux de la tête pour une conduite sécuritaire.	

Alimentation

- À la suite de votre chirurgie, vous pouvez immédiatement boire des liquides frais tels que de l'eau.
 - Rappel : Vous devez boire au verre, et **non avec un paille**, et ce, pour éviter les saignements.
- **Durant les 2 premiers jours**, prenez des repas légers puis passez ensuite à un régime alimentaire normal.
 - **Repas légers** : yogourt, soupe, Jell-O, pouding, crème glacée, compote de fruits, smoothies, Ensure®, pâte, poisson, purée de pommes de terre, boissons laitières, etc.
- Évitez les aliments trop chauds.

Constipation

Votre chirurgie et la médication antidouleur peuvent entraîner des ballonnements ou de la constipation. La marche, l'hydratation et une alimentation riche en fibres (fruits, légumes, grains entiers) aident à prévenir cet inconfort. **Prenez soin de respecter les consignes d'alimentation expliquées dans la section précédente.**

Si ces interventions sont insuffisantes, la prise de laxatifs ou d'émollients est recommandée. Suivez les directives du chirurgien ou du pharmacien.

Après votre chirurgie

Avant de quitter l'hôpital, assurez-vous d'avoir en main :

- vos ordonnances;
- les instructions pour votre rendez-vous de suivi médical;
- votre arrêt de travail, si nécessaire;
- votre appareil de saturométrie, si requis.

* Il est fortement recommandé qu'une personne significative reste auprès de vous pour les premières 24 heures après votre retour à la maison.

Votre suivi se fera dans

1 semaine

4 semaines

9 semaines

Vous devez appeler pour prendre votre rendez-vous.

Vous recevrez un appel pour fixer votre rendez-vous.

Où?

Espace sourire

Avec

Dr Guy Caron

Dre Maude Albert

Dre Catherine Rode

Montréal maxillo-facial inc. (Brossard)

Avec

Dr Olivier Béchard

Maxillo Montérégie

Avec

Dr Ghyslain Lessard Boivin

Vous trouverez les coordonnées de ces cliniques à la fin du feuillet.

À votre retour à la maison

Gestion de l'enflure et de la douleur

Enflure

Une enflure au visage et la présence de contusions (bleus) peuvent être observées à la suite de votre chirurgie. Cela constitue une réaction normale. Cette enflure diminuera sensiblement 72 heures après votre chirurgie. Elle peut toutefois persister jusqu'à 7 à 10 jours après votre chirurgie, et même jusqu'à 6 semaines.

Il est aussi possible de ressentir **un engourdissement** au visage à la suite de votre chirurgie. Votre chirurgien évaluera cet élément lors de votre rendez-vous de suivi. Cet effet peut aider à diminuer la sensation de douleur pendant votre guérison.

Étapes à suivre immédiatement après votre chirurgie

Durant les 3 premiers jours

- Appliquez le sac de glace en bandoulière (fourni par l'unité de soins) en continu.

Du 4^e jour au 7^e jour

- Appliquez le sac de glace en bandoulière ou un sac de petits pois surgelés sur la région enflée **pendant 15 minutes, puis effectuez une pause de 15 minutes et reprenez ce cycle.**
 - Prenez soin de ne pas mettre directement votre peau en contact avec le sac de pois surgelés en l'enveloppant d'un linge mince et propre.

À partir du 8^e jour

- Cessez l'application de la glace.

Appliquez des compresses chaudes et humides **pendant 15 minutes puis effectuez une pause de 15 minutes et reprenez ce cycle** pour relaxer vos muscles

Après 48 heures

- Après chaque repas et avant le coucher, et ce, pendant une semaine :
 - rincez votre bouche avec de l'eau salée (ajoutez 1 cuillère à thé de sel dans une bouteille d'eau) ou du rince-bouche dilué avec de l'eau (moitié-moitié).

****Évitez de fumer** durant tout le processus de guérison, idéalement, ou pour les 2 premières semaines suivant votre chirurgie. **Vous trouverez les coordonnées des ressources pouvant vous aider durant cette transition au début de ce feuillet d'information.*

Nausées

Il est possible d'avoir des nausées ou des vomissements à la suite de votre chirurgie. Si tel est le cas :

- Cessez d'abord l'utilisation des médicaments contre la douleur de type narcotique (Hydromorphe, Morphine, Tramacet), car ils peuvent provoquer des nausées.
 - Privilégiez le soulagement de la douleur en continuant la prise de l'acétaminophène et des anti-inflammatoires.
- Vous pouvez prendre un antiémétique (Gravol) en vente libre à la pharmacie pour vous soulager.
- Si les nausées surviennent lors d'un repas, attendez 45 minutes avant de tenter de vous alimenter de nouveau.
 - Nous vous recommandons alors de manger de plus petites quantités de nourriture à la fois.

Gestion des points de suture

- Il est fort probable que votre chirurgien ait utilisé des points fondants de suture. Ils tomberont d'eux-mêmes dans les 3 à 14 jours qui suivent votre chirurgie.
- Si vous avez des points non résorbables de suture, ils seront retirés lors de votre rendez-vous de suivi.

Hygiène buccale

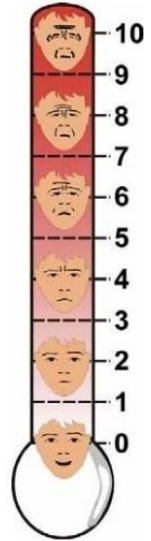
Il est important de garder votre bouche propre en tout temps pour une meilleure guérison et pour éviter les infections.

Après 24 heures

- Utilisez le rince-bouche antibiotique (Chlorhexidine diluée) prescrit par votre chirurgien régulièrement, 4 fois par jour, pour les 7 jours suivant votre chirurgie.
 - Il est important d'effectuer un gargarisme léger et de laisser le liquide s'écouler de la bouche (évitiez de cracher) pour ne pas provoquer de saignement.
- Vous pouvez recommencer à brosser vos dents doucement, mais évitez les gargarismes trop forts.
 - Brossez à l'aide d'une brosse à dents à poils doux, 3 ou 4 fois par jour.
 - Évitez de brosser vos plaies à l'intérieur de votre bouche.

Douleur

- Vous pouvez utiliser l'échelle pour quantifier **votre douleur** pour nous aider à déterminer le meilleur plan de traitement pour vous.
- Il faut viser un seuil de douleur inférieur ou égal à 4/10.
- Notez qu'en période postopératoire immédiate, il est difficile de ne ressentir aucune douleur.
- Pour mieux vous situer :
 - une douleur à 5/10 vous empêcherait de lire un livre ou de regarder la télévision;
 - une douleur à 8/10 vous donnerait envie de pleurer.



Pour améliorer votre confort, vous pouvez :

- effectuer des respirations lentes et profondes;
- changer de position;
- marcher.

Si votre douleur est au-delà de 4/10 ou est inconfortable, nous recommandons la prise :

- d'acétaminophène (Tylenol®) 1000 mg, toutes les 6 heures;
- d'anti-inflammatoires (Naprosyn®, Motrin®) selon votre ordonnance, si prescrits.

Si votre douleur persiste après 30 à 60 minutes suivant la prise des médicaments énumérés plus haut, ou si votre douleur est plus haute que 4/10 :

- prenez les autres analgésiques plus puissants (narcotiques) prescrits par votre chirurgien (Dilaudid, Morphine, Tramacet).

En cas d'alvéolite

L'alvéolite se caractérise par l'absence de caillot de sang dans la région de l'extraction dentaire. Cela peut occasionner une douleur intense. L'alvéolite survient normalement 2 à 7 jours après votre chirurgie. Il ne s'agit pas d'un signe d'infection.

La plupart du temps, la médication est inefficace pour soulager cette douleur. Si tel est le cas, communiquez avec votre clinique de suivi. Votre chirurgien pourra vous appliquer un pansement résorbable afin de diminuer grandement la douleur.

Soins de plaies

Généralités

Pendant les premières 48 heures

- ne crachez pas;
- ne rincez pas votre bouche;
- ne buvez pas avec une paille;
- buvez au verre pour favoriser une coagulation complète du sang sur votre plaie.

Saignement

- Il est normal de saigner un peu au cours des premières 24 heures après votre chirurgie.
- **En cas de saignement abondant :**
 - Pliez des carrés de coton en 4 et appliquez-les avec une pression ferme sur la région du saignement en mordant la compresse **pendant 1 heure. Répétez ces étapes 2 fois.**
 - **Si le saignement persiste malgré la pression exercée,** remplacez les compresses par une poche de thé (humidifiée) et suivez la même technique, jusqu'à ce que le saignement cesse ou jusqu'à une autre heure de compression sans changer la poche.

****Si malgré ces deux techniques, le saignement persiste toujours :**
Communiquez avec votre chirurgien en appelant votre clinique de suivi ou rendez-vous à l'urgence de l'hôpital situé le plus proche de votre domicile.

Si vous avez subi une chirurgie à la mâchoire du haut, vous ne devez pas, et ce, pendant une période de 3 semaines :

- vous moucher;
- vous pencher;
- soulever des poids.

Gestion du pansement à la hanche (si vous avez eu une greffe)

- Gardez le pansement transparent sur votre plaie pour les 2 premiers jours après votre chirurgie puis retirez-le.
- Laissez les Steri-strip® (bandes de pansements adhésifs polyvalentes) en place jusqu'à votre rendez-vous de suivi.
 - Si l'un d'entre eux tombe, ne vous inquiétez pas. Cela est tout à fait normal.
 - Vous pouvez utiliser un ciseau propre pour couper les bouts qui frisent pour votre confort.