



Vous venez de subir un réhaussement du plancher sinusien



Vous venez de subir un comblement de sinus ou sinus lift ou greffe du sinus maxillaire, une intervention chirurgicale dont le but est d'augmenter la masse osseuse du maxillaire supérieur dans la région des molaires et des prémolaires, afin de la rehausser et de pouvoir ensuite poser des implants dentaires.

A la suite de votre intervention, un certain nombre de règles doivent être observées pour favoriser la guérison et limiter les risques de complications :

- Aussitôt après l'intervention, appliquez une poche de glace sur la région opérée pendant 15 minutes et renouvelez-la régulièrement pendant 5 à 7 heures, et même les jours suivants.
- **Le tabac est à proscrire formellement avant et après l'intervention** car cela risque d'augmenter de façon significative le risque d'échec.
- Évitez toute source de chaleur sur la zone opérée ; donc, évitez toute boisson chaude ou alimentation trop chaude. Sinon, cela favoriserait la reprise d'un léger saignement.
- Évitez tout aliment trop dur pendant 48 heures. Votre alimentation devra être semi liquide pendant 8 jours. Vous éviterez aussi toute boisson acide, alcoolisée, sel, poivre et épices.
- Ne tirez pas sur la joue ou la lèvre du côté opéré afin d'éviter la rupture des points de suture.
- Évitez de passer la langue sur les points. Ne les mobilisez pas.
- Un œdème facial (gonflement) est habituel, parfois associé à des ecchymoses (« bleus ») des joues dont l'importance et la durée sont très variables d'un individu à l'autre. L'application d'une poche de glace permet de minimiser ces effets indésirables.
- Les douleurs sont variables mais le plus souvent modérées. Un traitement antalgique et antibiotique adapté vous sera ordonné et devra être scrupuleusement respecté.
- Une excellente hygiène buccale est essentielle. Des bains de bouche sont prescrits. Après chaque repas, les dents et les gencives devront être nettoyées avec une brosse ultrasouple (dite chirurgicale) :
 - * effectuez vos bains de bouche en penchant la tête du côté de l'intervention en gonflant légèrement la joue sans faire circuler le liquide, mais juste en laissant tremper le site opéré.
 - * dans les jours qui suivront l'intervention, vous devez nettoyer les sutures, à l'aide d'une compresse stérile imbibée de bain de bouche en tamponnant avec précaution les points et en appliquant un gel antiseptique comme Elugel.
- Pendant 3 semaines, il est **absolument interdit** de :
 - * se moucher
 - * de prendre l'avion, de faire du sport intensif, de la plongée sous marine, ou de jouer d'un instrument de musique à vent (trompette, clarinette...).
- Pendant 3 semaine, il faut éternuer « bouche ouverte » afin de ne pas exercer de pression intempestive dans le sinus.