

 **Pré-
Opération**



NOS CONSEILS

AVANT TOUT

Soyez en pleine santé pour donner toutes vos chances à une bonne cicatrisation!

01

DÉTARTRAGE

Le plus récent possible.
(Idéal les jours précédents)

03

ZÉRO CARENCES

Toute carence, comme en vitamine C, D, E, Magnésium... va limiter, ralentir voir empêcher toute cicatrisation !

ANTICIPEZ

VOTRE

POST

OPÉRATOIRE

02

SANTÉ

La base pour cicatriser : faire le **bilan le plus tôt possible** puis améliorer l'hygiène de vie au Maximum !

04

TABAC & ALCOOL

Très fortement déconseillé. Je retire toute « GARANTIE » chez les fumeurs car leur cicatrisation est altérée. Même la nicotine en patch est défavorable. Le tabac altère jusqu'à 1/4 des gènes des patientes (épigénétique)
Arrêtez la cigarette, idéalement au minimum 2 mois avant, et 3 mois après.

AVANT LA CHIRURGIE

PRIVILÉGIEZ VOTRE HYGIÈNE DE VIE

Anticipez le post-opératoire avec du repos, une nourriture saine, vos médicaments et/ compléments alimentaires.

Achetez vos médicaments AVANT la chirurgie, ainsi que des aliments faciles à manger tièdes ,des sacs congélations, des sacs glaçons qui serviront à faire des poches de glace.

- Dormez bien, arrivez reposés et en forme, n'hésitez pas à prendre un ATARAX la veille pour dormir par exemple !

- Respectez bien l'ordonnance pré-opératoire, notamment la prise d'antibiotiques.

- N'hésitez pas à noter les questions que vous voudriez nous poser et les poser avant!

- Anticipez les suites opératoires au niveau personnel et professionnel:

Les réactions varient d'un patient à l'autre, et si globalement l'oedème post-op vécu est modéré et dure moins de 5 jours, il peut, notamment pour les grosses greffes osseuses, être très marqué et durer plus longtemps. Le retour à la normale est systématique, soyez rassuré, est la douleur n'est jamais proportionnelle à l'importance de l'acte.

LA CHIRURGIE ORALE, ENGENDRE UNE FATIGUE PLUS OU MOINS GRANDE !

NE JAMAIS SE FAIRE OPÉRER AVANT UN ÉVÉNEMENT IMPORTANT OU AVANT UN VOYAGE CAR IL Y A TOUJOURS UN RISQUE DE 2 À 5% DE COMPLICATION OU ÉCHEC

LE JOUR LA CHIRURGIE

01

MANGER NORMALEMENT AVANT

Ne pas venir à jeun

02

BIEN SE BROSSER LES DENTS,
GENCIVES ET LANGUE.

03

VISAGE RASÉ / NON MAQUILLÉ

04

BAIN DE BOUCHE 3 MINUTES

05

VENEZ DÉTENDU, ZEN,
Nous sommes là pour prendre
soin de vous...

N'hésitez pas à prendre un
anxiolytique une heure avant

06

FAITES VOUS ACCOMPAGNER

Ou prévoyez comment éviter de marcher.

CONSEILS NUTRITIONNELS

Priorité à l'alimentation la plus parfaite possible! Donnez à votre corps, à vos cellules de quoi exprimer les gènes, de quoi synthétiser toutes les protéines, de quoi fabriquer les tissus et les minéraliser!

- le principal: nourriture équilibrée 1 mois avant > 3 mois après

allez voir ce lien par exemple. <http://youtu.be/KLrVb2UmCIY>

- prendre des compléments de vit C,D, Ca, Mg et d'anti-oxydants (80% de la population est en carence!)

également à lire pour l'équilibre alimentaire:

<http://www.que-manger.com/Manger-équilibré-choix-aliments-équilibre-acido-basique>

DEVIS pré-chirurgical et facturation finale :

Il peut arriver que les conditions per-opératoires nous amènent à modifier les matériaux utilisés (type ou quantité) au cours d'une chirurgie pour optimiser l'opération.

Ceci reste exceptionnel.

Dans ce cas, la facturation prendra seulement en compte l'impact de la différence de coût, en moins ou en plus, selon le prix des produits utilisés réellement.