



Conseils Pré et Post frénectomie labiale

Une frénectomie labiale vous a été recommandée prochainement (au laser)

Dans le but d'assurer le meilleur succès possible de cette intervention, voici les recommandations à suivre :

La semaine précédent l'intervention :

- Exercices pré chirurgie
 - 1. Monkey face (le singe), 10 sec, 10 x / jour
 - 2. Air Puff, (La puff d'air) 5 x dans chaque direction/ jour, 2x / jour

Suite à l'intervention

Le jour même et pour quelques jours :

- Prendre Advil ou Tylenol au besoin

Le lendemain et pour une semaine :

- Rincer 30 sec avec eau saline (1 tasse eau bouillie + ½ c/thé sel) 2 x /jour
- Appliquer vitamine E ou huile de noix de coco 2x / jour
- Reprendre les exercices progressivement :
 - 1. Monkey face (Le singe) 10 sec, 10 x / jour
 - 2. Air Puff (La puff d'air) 5 x dans chaque direction/ jour, 2x / jour

Le but étant d'obtenir une belle élasticité des tissus et profondeur de vestibule.
(et éviter d'avoir à reprendre la chirurgie)

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous contacter.

450-436-4914