

HALF MOON

Oral Maxillofacial & Implant Surgery

(479) 202-8666

INSTRUCCIONES PARA EL POSTOPERATORIO

*****POR FAVOR LEA TODAS ESTAS INSTRUCCIONES CUIDADOSAMENTE*****

A veces las secuelas de la cirugía oral son mínimas, por lo que no todas las instrucciones serán de aplicación. El sentido común por lo general le indicará cómo proceder. Sin embargo, si tiene una pregunta, siga estas pautas o llame a nuestra oficina para pedir mayores explicaciones. Nuestro número es: 479-202-8666.

DÍA DE LA CIRUGÍA

PRIMERA HORA: Muerda suavemente pero con firmeza los rollos de gasa que se le han colocado en la área de cirugía, asegurándose que queden en su lugar. No los cambie durante la primera hora a menos que no se haya controlado la hemorragia. La gasa se puede cambiar con cuidado después de una hora. Si persiste la hemorragia activa, coloque una cantidad de gasa suficiente para producir presión sobre el sitio de la cirugía por otros 30 minutos. La gasa se puede entonces cuando sea necesario (por lo general cada 30 a 45 minutos). Es mejor humedecer la gasa con agua y esponjarla para poder colocarla con mayor comodidad.

TENGA CUIDADO: No moleste el sitio de cirugía por hoy. **NO** se enjuague la boca de manera vigorosa ni intente tocar la zona con cualquier objeto. Puede cepillarse los dientes con cuidado. **POR FAVOR NO FUME** por lo menos 48 horas, ya que es muy pernicioso para la cicatrización y puede causar un alveolo seco.

HEMORRAGIA: Es normal la sangradura durante la noche. Las hemorragias pueden controlarse colocando una gasa limpia sobre la área y mordiendo la gasa por períodos de 30 a 45 minutos. La hemorragia nunca debe ser severa. Si lo es, puede ser que los rollos de gasa simplemente no están aplicando suficiente presión sobre las áreas de cirugía. Trate de aplicar un poco más de presión cuidadosamente. Si la hemorragia persiste o se vuelve mayor, puede **reemplazar la gasa por una bolsa de té** (humedecida en agua muy caliente, apretada hasta sacarle la humedad y envuelta en gasas húmedas) por 20 a 30 minutos. Si sigue sin poder controlar la hemorragia, por favor llame a nuestras oficinas.

HINCHAZÓN: Por lo general se asocia la hinchazón con la cirugía oral. Se puede minimizar utilizando una bolsa con hielo o una bolsa con vegetales congelados envueltas en una toalla y aplicadas con firmeza a la mejilla cerca de la zona quirúrgica. Se debe aplicar en intervalos de 20 minutos, con períodos de 20 minutos de descanso durante las primeras 24 horas posteriores a la cirugía. Si se le ha prescrito un medicamento para controlar la hinchazón, asegúrese de tomarlo como se le indique.

DOLOR: Lamentablemente la mayoría de las cirugías orales van acompañadas con un cierto grado de malestar. Generalmente se le prescribirá una medicación para el dolor. **Si toma la primera dosis antes de que se le pase el efecto del anestésico, podrá manejar mejor el malestar.** Algunos pacientes sienten que los medicamentos contra el dolor más fuerte les produce náuseas, pero si toma una pequeña cantidad de alimentos antes de cada dosis, esto reducirá la posibilidad de sufrir náuseas. Los efectos de los medicamentos contra el dolor pueden variar mucho de un individuo a otro. Si no obtiene un alivio adecuado al principio, puede complementar cada dosis para el dolor con un analgésico como el ibuprofeno. Recuerde que los dolores más severos por lo general ocurren dentro de las primeras seis horas después de que se vaya el efecto de la anestesia; luego de ese lapso debería disminuir su necesidad de tomar medicamentos. **Si nota que está tomando una gran cantidad de medicamentos contra el dolor en intervalos frecuentes, por favor llame a nuestras oficinas. Si siente que va a necesitar prescripciones adicionales para el fin de semana, puede volver a nuestras oficinas para un resurtido durante el horario de oficina.**

NÁUSEA: No es extraño sufrir náuseas después de la cirugía. A veces la causa son los medicamentos contra el dolor. Las náuseas pueden reducirse ingiriendo pequeñas cantidades de alimentos blandos antes de cada dosis contra el dolor, y tomando la pastilla con una gran cantidad de agua. Intente continuar tomando líquidos claros y minimice las dosis de medicaciones para el dolor, pero llámenos si no se siente mejor. La bebida Sprite o 7up puede ayudar a disminuir las náuseas.

DIETA: Coma alimentos nutritivos que puedan ingerirse con comodidad. Evite las comidas muy calientes. No beba con popote por una semana después de la cirugía. Es recomendable a veces, pero no absolutamente necesario, limitar la ingesta durante el primer día a líquidos y purés (sopas, yogures, budines, batidos, etc.). Es mejor evitar comidas como las nueces, semillas, palomitas de maíz, etc., que pueden alojarse en las áreas de los alveolos. Recomendamos que como comidas suaves y blandas por una semana. ¡Es importante no saltarse comidas! Si se alimenta regularmente se sentirá mejor, ganará fuerza, sufrirá menos malestares y se sanará más pronto. Si es diabético, mantenga sus hábitos normales de comidas o siga las instrucciones provistas por su doctor.

BORDES FILOSOS: Si siente algo duro o bordes filosos en las zonas quirúrgicas, es probable que esté sintiendo las paredes óseas que sostenían al diente extraído. A veces, pequeñas porciones de hueso pueden aflorar durante la siguiente semana aproximadamente. Si le causan preocupación o malestar, por favor llame a nuestras oficinas.

INSTRUCCIONES PARA EL SEGUNDO Y TERCER DÍA

ENJUAGUES BUCALES: Es esencial mantener su boca limpia después de la cirugía. Utilice $\frac{1}{4}$ de cuchara para té llena con sal disuelta en un vaso de 8 onzas de agua tibia y enjuáguese la boca suavemente utilizando el vaso completo. Repita el enjuague después de cada alimento.

CEPILLADO: Comience su rutina de higiene bucal tan pronto como sea posible después de la cirugía. La irritación y la hinchazón pueden impedir un cepillado completo, pero por favor haga el mayor esfuerzo posible para limpiarse los dientes dentro de los límites de su comodidad.

APLICACIONES TIBIAS: Puede aplicarse compresas tibias sobre la piel en las áreas de hinchazón (bolsa de agua caliente, toallas calientes húmedas, almohadilla térmica) por períodos de 20 minutos con intervalos de 20 minutos de descanso para ayudar a aliviar las áreas que quedaron sensibles. Esto también ayudará a disminuir la hinchazón y la rigidez.

ACTIVIDADES: Mantenga actividades físicas a un mínimo inmediatamente después de su cirugía por una semana. Después de una semana, puede proceder con sus actividades diarias dentro de los límites de su comodidad.

Curación: El proceso de curación normal luego de la extracción de un diente es como lo siguiente: los primeros dos días después de la cirugía son los de mayor malestar. En el tercer o cuarto día, el hinchazón es común. Después de esa etapa, usted debería de sentirse más cómodo y, aunque aún con cierta incomodidad, puede ya empezar a consumir una dieta más sustanciosa.

El curso restante del postoperatorio debería ser el de una mejora gradual y constante. Si no ve un progreso continuado, por favor llame a nuestras oficinas. Si se le proporcionó una jeringa plástica de irrigación **NO** irrigue durante los primeros cinco días. Luego úsela según las instrucciones dadas hasta que esté seguro de que el hueco del diente se ha cerrado por completo y que no hay posibilidad de que se alojen partículas de comida en el mismo.

Es nuestro deseo que se recupere de la manera menos problemática y más placentera posible. El cumplimiento de estas instrucciones le será de ayuda, pero si tiene dudas sobre su progreso, por favor llame a la oficina donde se le realizó la cirugía. Está disponible un servicio de atención telefónica las 24 horas para contactar al doctor de turno fuera del horario normal. Llame durante las horas de oficina para obtener una respuesta más rápida a su consulta o preocupación. **POR FAVOR TENGA EN CUENTA: no se permiten llamadas telefónicas para renovaciones de prescripciones de narcóticos (medicamentos contra el dolor), debe volver a la clínica durante el horario de oficina para recibir un resurtido.**