



Instrucciones Preoperatorias

- *Conocer su historia médica; enfermedades, condiciones, medicamentos, complicaciones con una cirugía previa, o alergias.
 - *NO COMER NI BEBER dentro de 8 horas antes de la cirugía. Medicamentos que esté tomando pueden ser tomados con un poco de agua solamente.
 - *Usar camisa o playera de manga corta que se puede arremangar. FAVOR DE NO USAR LENTES DE CONTACTO.
 - *Traer un adulto responsable para conducir al paciente a casa y que se mantenga a su lado durante su recuperación.
 - *No manejar ni operar maquinaria pesada el día de su cirugía, no participar en cualquier actividad que requiera alerta física o mental. *Padre o Guardián debe estar presente para menores de 18 años.
-

Instrucciones Postoperatorias

* **Sangrado:** Es completamente normal sangrar la mayoría del primer día. Asegurar cambiar la gaza a cada hora (o esperar más tiempo si es que no se satura de sangre rápidamente) hasta que la gaza esté de color rosado, es cuando se puede remover. Puede notar sangramiento ligero por una semana después de la cirugía. Si tiene mucho sangrado por la noche de su cirugía, favor de no escupir de manera forzada; solo cambie la gaza y asegúrese de poner presión sobre las heridas. La coagulación puede mejorar si sumerges la gaza en agua helada o morder sobre una bolsita de té negro. Mantener la cabeza elevada. Para prevenir sangrado persistente durante las primeras 24 horas evitar tomar bebidas con un popote/sorbete, escupir, enjuagar vigorosamente, comer o beber alimentos calientes. Remover la gaza para comer, tomar o dormir.

* **Malestar/Hinchazón:** Hinchazón y dolor debido a extracciones dentales, especialmente las muelas de juicio pueden llegar a ser severos. Esto es normal y usualmente lleva 2 semanas para resolverse completamente. Hinchazón y dolor por lo común es peor el día 2-3 después de cirugía, e incrementa en pacientes que fuman o rechinan sus dientes.

* **Medicamentos:** Adultos > 150 lb sin restricciones de AINE deben seguir el régimen siguiente:

-Motrin/Advil/Ibuprofeno 600 mg - cada 6 horas (ejemplo: 7am, 1pm, 7pm, 1am)

-Tylenol/Acetaminofén 500 mg - cada 6 hours (entre Advil; 10am, 4pm, 10pm, 4am)

* Si el dolor no es aliviado por ambos (Ibuprofeno y Tylenol) tomar el narcótico según las indicaciones.

* **Hielo:** Aplicar compresas de hielo en las mejillas durante las primeras 48 horas después de la cirugía; cada 15 min.

El dolor puede irradiarse a la zona de la cara y la cabeza debido al espasmo de los músculos de la mandíbula, que suele empeorar por la mañana y al rechinar los dientes. Tratar el dolor muscular aplicando calor húmedo durante 10 minutos y masajeando las zonas durante 10 minutos, varias veces al día.

Dieta, Higiene Oral: Por los primeros 3-4 días, recomendamos una dieta de líquidos y purés (puré de papa, yogurt, licuados, puré de manzana, gelatina, etc.) Puede cepillar sus dientes normalmente, procurando evitar el sitio de extracción por dos semanas. Tomar muchos líquidos para evitar deshidratación. No enjuagar la boca con fuerza. Enjuagar la boca con agua y sal gentilmente después de 3 días; la jeringa se debe usar para irrigar los huecos de abajo solamente después de comer. Después de 3-4 días, comer normalmente siempre y cuando sea confortable, aunque comidas blandas son mejor idea por una semana. Es normal tener un mal olor o sabor por el hueco por 3 semanas después del procedimiento. En caso de nueva dentadura(placa) dejarla en la boca por la primera noche. Después de la primera noche, debe ser removida cada noche mientras duerme.

Calentura, Hinchazón, Moretones y Suturas: Es normal que la temperatura en la boca se eleve después de la cirugía; esto es debido al proceso de sanación. Una fiebre baja (hasta 101° F) suele ocurrir por unos días después de la cirugía. La hinchazón de la cara normalmente llega a su punto máximo 2-4 días después de la cirugía, y regresa a la normalidad en los siguientes días. El poner hielo sobre el área de cirugía ayuda, pero solo se debe usar los primeros 2 días. En ocasiones pueden ocurrir moretones en la cara o cuello, los cuales se resuelven a solas. Las suturas se disuelven usualmente 5-10 días después de la cirugía.

Náusea: Náusea puede ser un efecto secundario a la medicina de sedación, prescripción de narcóticos, deshidratación, o por haber pasado sangre. La náusea se suele resolver sin tratamiento, pero náuseas persistentes pueden ser tratadas con medicamentos sin receta para el mareo (Dramamine o Bonine). Si el dolor es mínimo, discontinuar la receta de narcóticos (la causa más probable) y usar medicación sin narcótico como Motrin o Tylenol. Si la náusea es suficientemente severa una prescripción de supositorio es disponible.

<u>Hacer</u>	<u>Evitar</u>
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Tomar Tylenol/Motrin/Advil, 600 mg 4x/día por 3-5 días ❖ Intercambiar Tylenol y Motrin una y luego de la otra cada 3 horas. ❖ Tomar medicamento narcótico con comida/líquido ❖ Cambiar la gaza cada 30-60 min. Hasta que deje de sangrar ❖ Mantener la cabeza elevada el primer día ❖ Tomar suficientes fluidos para mantenerse bien hidratados. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Fumar durante la recuperación ❖ Tomar fluidos gruesos con popote/sorbete por 24 horas ❖ Escupir sangre; en su lugar aplicar gaza ❖ Participar en ejercicio pesado por 5 días ❖ Cepillar dientes, irrigar huecos el primer día.

GRACIAS por darnos la oportunidad a tratarlos. Favor de llamar a nuestra oficina inmediatamente al (760) 644-5494 si nota sangramiento severo, dificultades al respirar, incapacidad a tragar, vómito persistente o cualquier otro problema. Si tiene dificultad en hablarnos por teléfono **y si siente que es una emergencia por favor LLAME al 911.**

****Precauciones del Seno Paranasal**** Debido a la relación cercana entre los dientes superiores y el seno paranasal una apertura entre el seno paranasal y la boca puede ser resultado de la cirugía. Usualmente la curación lleva 3-4 semanas. Ciertas precauciones asistirán con la curación y cierre del seno paranasal. Favor de seguir estas instrucciones:

- NO FUMAR por las primeras 3 semanas; no escupir, hacer gárgaras, enjuagar la boca por 10 días.
- NO USAR POPOTE/SORBETE; succión forzada puede causar que el coágulo de sangre se desprenda.
- NO SONARSE LA NARIZ o hacer enjuagues del seno paranasales. El limpiar la nariz con papel está bien.
- NO TAPAR LA NARIZ O BOCA para estornudar. Si es necesario estornudar, voltee la cabeza lejos de los demás y estornude por la boca.
- Comer solamente comidas suaves por las siguientes 1-2 semanas, masticar la comida lejos de la herida del Seno paranasal.
- Tomar la prescripción tal y como está escrita. Sudafed (sin prescripción) puede reducir la congestión nasal.
- Es normal sangrar de la nariz 1-2 días siguiendo cirugías involucrando el seno paranasal.
- Volver a su cita de seguimiento, favor de informarnos si hay algún cambio antes de su siguiente cita.