



Veronica Gonzalez, D.D.S.

Jessica Koh, D.D.S.

Diplomates American Board of Oral and Maxillofacial Surgery

Karis Lee, D.D.S.

Practice Limited to Oral and Maxillofacial Surgery

5555 Del Amo Blvd.

Lakewood, CA 90713

Tel 562.866.1735

Fax 562.866.8190

INSTRUCCIONES PARA EL CUIDADO DESPUÉS DE LA CIRUGÍA ORAL

***** LEA ATENTAMENTE LAS INSTRUCCIONES*****

En ocasiones los efectos secundarios de la cirugía oral son bastante mínimos, por lo que no todas estas instrucciones se pueden aplicar. Con frecuencia el sentido común determinará lo que se debe hacer. Se espera un malestar que varía con cada individuo y procedimiento. Sin embargo, en caso de duda siga estas pautas y si tiene alguna pregunta, le pedimos que por favor se ponga en contacto con nuestra oficina.

DÍA DE LA CIRUGÍA

LA PRIMERA HORA: Muerda con suavidad pero con firmeza los tapones de gasa que se colocaron sobre las áreas de la cirugía, asegurándose de que permanezcan en su lugar. Evite hablar y masticar durante la primera hora. No los cambie durante la primera hora a menos que no se pueda controlar el sangrado. Después de una hora las gasas se pueden retirar con cuidado. Si todavía persiste el sangrado, coloque una nueva gasa que sea suficiente para hacer presión sobre el área de la cirugía durante otros 30 minutos. Después de eso se puede cambiar la gasa, según sea necesario. Cuando parezca haber coagulado, puede retirar la gasa.

TENGA CUIDADO: No lastime el área de la cirugía durante hoy. No se enjuague vigorosamente ni se toque el área con ningún objeto. Puede cepillarse los dientes con suavidad y con precaución - evitando los sitios de la cirugía. **POR FAVOR NO FUME**, esto es muy perjudicial para la curación y puede causar un alveolo seco.

SECRECIÓN: Un sangrado intermitente o supuración de la noche a la mañana es normal. El sangrado se puede controlar colocando una gasa fresca sobre las áreas y mordiendo la gasa durante unos 30-45 minutos seguidos. Es aconsejable mantener su cabeza ligeramente elevada y poner una toalla sobre la almohada al dormir.

SANGRADO PERSISTENTE: El sangrado nunca debe ser severo. Si es así, por lo general significa que los tapones de gasa están siendo apretados entre los dientes sin ejercer presión sobre las áreas de la cirugía. Intente volver a colocar la gasa. Si el sangrado persiste o se vuelve pesado, puede colocar una bolsa de té (remojada en agua fría, apretando hasta que quede semiseca y envuelta en una gasa húmeda) por unos 20 ó 30 minutos. Sería bueno envolver el área con una gasa y dejarla en la boca mientras duerme.

HINCHAZÓN: Con frecuencia la hinchazón se asocia a la cirugía oral. Esta se puede minimizar utilizando una compresa fría, una compresa de hielo o una bolsa de chícharos congelados envueltos en una toalla y aplicada con firmeza a la mejilla junto al área de la cirugía. ¡Esto debe aplicarse por 10 minutos y luego retirarse cada 10 minutos **SOLAMENTE durante la primera hora después de la cirugía!** Si le han recetado medicamentos para controlar la inflamación, no olvide tomarlos siguiendo las instrucciones. Al día siguiente de la cirugía, **YA NO USE HIELO**, aplíquese una compresa tibia y húmeda para reducir la hinchazón. Un paño mojado en un poco de agua tibia le servirá.

DOLOR: Desafortunadamente la mayoría de las veces una cirugía oral viene con cierto grado de incomodidad. Por lo general le recetarán medicamentos para el dolor. Algunos pacientes sienten que el analgésico más fuerte provoca náuseas, pero si antes de cada pastilla para el dolor usted come algo, reducirá las posibilidades de náuseas. Recuerde que el dolor más severo normalmente se presenta durante los tres días siguientes a la cirugía; después de eso su necesidad de tomar medicamentos irá disminuyendo.

NAUSEAS: Es normal sentir náuseas después de una cirugía. Los medicamentos para el dolor son a veces los causantes. Se pueden reducir las náuseas si come una pequeña cantidad de comida blanda antes de tomar cada pastilla para el dolor, y si bebe una gran cantidad de agua al tomar la pastilla. Trate de seguir tomando líquidos claros y reduzca al mínimo la dosis de medicamentos para el dolor, pero nos puede llamar si no se siente mejor.

BORDES FILOSOS: Si siente algo duro o bordes filosos en las áreas de la cirugía, lo más probable es que esté sintiendo las paredes óseas que antes servían de apoyo para los dientes extraídos. Durante el transcurso de la siguiente semana, de vez en cuando podrían salir pequeñas astillas de hueso.

DIETA: No hay restricciones sobre lo que puede comer. ¡Es importante que no se salte ninguna comida! Si bien puede ser más cómodo comer alimentos más blandos, debe continuar con sus hábitos alimenticios normales. Coma cualquier alimento nutritivo que pueda consumir con comodidad. Evite los alimentos muy calientes. No utilice una pajita o popote durante los primeros días después de la cirugía. Lo mejor es evitar alimentos como *chips*, frutas secas, semillas de girasol, palomitas de maíz u otros alimentos que contengan pequeñas semillas que se puedan quedar atrapadas en los huecos. Mantenga sus hábitos normales de alimentación.

HYGIENE ORAL: NO se enjuague la boca el primer día. Evite cepillarse los dientes el día de la cirugía.

INSTRUCCIONES PARA EL SEGUNDO Y TERCER DÍA

CEPILLADO: En la mañana siguiente a la cirugía comience su rutina normal de higiene oral. El dolor y la hinchazón podrían impedir un cepillado vigoroso, pero le pedimos que haga todo lo posible por limpiarse los dientes dentro de sus límites de comodidad. Los enjuagues con agua tibia con sal (1/4 cucharadita de sal en una taza de agua tibia) le ayudarán a mantener el área limpia y pueden aliviar las molestias. **Es mejor evitar beber con una pajita o popote.** ¡NO fume ni mastique tabaco!

APLICACIONES TIBIAS: Se pueden aplicar compresas tibias en la piel sobre las áreas de la hinchazón (botella de agua caliente, toallas húmedas y tibias o una almohadilla térmica) por 10 minutos y luego retirarlas cada 10 minutos para ayudar a calmar las áreas sensibles. Esto también ayudará a disminuir la hinchazón y la rigidez. Recuerde, **NO SE APLIQUE** hielo ningún día después de la cirugía.

CURACIÓN: Una curación normal después de una extracción debe hacerse como se describe a continuación: los dos primeros días después de la cirugía son generalmente los más incómodos y por lo general hay algo de hinchazón. Al tercer día se debería sentir más comodidad y, aunque todavía tenga hinchazón, por lo general se puede comenzar una dieta más sustancial. **El resto del curso postoperatorio debe sentir una mejoría gradual y constante.** Si usted no ve una mejoría continua, le pedimos que llame a nuestra oficina. Si se le entregó una jeringa de irrigación de plástico, **NO DEBERÁ** utilizarla durante los primeros cinco días. Después de eso úsela diariamente siguiendo las instrucciones hasta que tenga la seguridad de que la abertura del diente se ha cerrado por completo y que no hay posibilidad de que la comida se aloje en la abertura.

MEDICAMENTOS RECETADOS**

Todos los pacientes a los que se les hayan extraído las muelas del juicio inferiores, y algunos a los que no, recibirán tres o cuatro medicamentos:

- 1) Un **Antibiótico:** Un comprimido que debe tomarse como se indique hasta que se acabe todo el medicamento.
- 2) Un **Medicamento para el Dolor:** Uno o dos comprimidos cada cuatro horas para controlar el dolor.
- 3) Un **Anti-inflamatorio:** Un comprimido cada 6 horas para limitar la hinchazón y aliviar el dolor.
- 4) **Peridex** (enjuague bucal): Comience el día siguiente de la cirugía con un enjuague suave usando una tapa llena durante treinta segundos (sin tragarse el enjuague), dos veces al día durante una semana.

** Se harán las sustituciones apropiadas para aquellos pacientes con alergias a cualquiera de los medicamentos mencionados.

Los antibióticos pueden interferir con los efectos de medicamentos para el control de la natalidad: por lo tanto, utilice métodos alternativos si fuera necesario. Hable con su médico sobre cualquier alergia a medicamentos y confirme que no tiene alergia a los medicamentos recetados antes de tomarlos. Si aparecen señales de una irritación, póngase en contacto con el doctor o farmacéutico inmediatamente.

INSTRUCCIONES PARA LA SEMANA DESPUÉS DE LA OPERACIÓN

SEGUIMIENTO: le pedimos que NO OLVIDE acudir a su cita después de la cirugía. El doctor le explicará todas las instrucciones de cuidado prolongado que deberá realizar en su hogar.

PARA PACIENTES A QUIENES LES HAYAN EXTRAÍDO LAS MUELAS DEL JUICIO INFERIORES COMO PARTE DE SU TRATAMIENTO

El lugar donde se encontraban las muelas del juicio inferiores necesitará de bastante cuidado en la casa. Las partículas de comida tienden a quedar atrapadas en estas áreas.

ATENCIÓN MÉDICA EN LA CASA: Se le entregará una jeringa de plástico para llevar a su casa. 5 días después de la extracción de las muelas del juicio inferiores, no antes, se debe hacer lo siguiente: Después de cada comida, llene la jeringa con agua del grifo y, delante de un espejo y sobre un lavamanos, dirija la punta de la jeringa ligeramente a un lado del área de la extracción y suavemente enjuague haciendo salir las partículas de comida atrapadas. Haga esto dos veces o hasta que ya no salgan más restos de comida del hueco.

Tenga cuidado de no enjuagar vigorosamente el área, para no perjudicar la coagulación de sangre y crear una nueva hemorragia. Seguirá haciendo esto después de cada comida durante los siguientes días o semanas, o hasta que el hueco de la extracción se haya hecho demasiado pequeño como para atrapar la comida o dejar entrar la punta de la jeringa. Con el tiempo, el agujero quedará completamente cerrado.