



INSTRUCCIONES TRAS LA CIRUGÍA

Instrucciones generales

HOY, después de la cirugía y una vez en casa:

- **Quita** las compresas de gasa de la boca. Come alimentos blandos y bebe agua inmediatamente, luego sustituye por gasas frescas. Siempre quita la gasa de la boca antes de comer.
- **Bebe agua**, 7-Up u otros líquidos claros. Come helado, yogur o pudin, algo para cubrir el estómago. Céntrate a alimentos blandos – evita cualquier cosa dura o crujiente – nada de patatas fritas, frutos secos ni semillas durante la próxima semana.
Es importante beber y comer. Mantente bien hidratado.
- **Coloca las compresas de gasa** fresca cerca de los lugares quirúrgicos, revisándolo cada hora y cambiándolo según sea necesario. Cuando el sangrado ha disminuido, la gasa ya no es necesaria. No duermas con gasas en la boca esta noche.
- **Descansa** y relájate. Recuélmate en un ángulo de unos 45° durante el día y duerme con varias almohadas esta noche.
- **Toma medicación** para las molestias cuando la sensibilidad empieza a regresar (por ejemplo, hormigueo, "hormigueo").
Toma medicamentos con receta inmediatamente después de comer. No esperes a sentir molestias.
- **No conduzcas** ni manuseis maquinaria durante las próximas veinticuatro horas, ni mientras tomes medicamentos para el dolor con receta después.
- **No te cepilles** los dientes ni te enjuages la boca durante las próximas veinticuatro horas. Los dientes pueden limpiarse con un paño húmedo si se desea.
- **No uses pajita** ni biberón deportivo, ni levantes vigorosamente durante la próxima semana. No escupas, fumes ni crees succión en la boca durante al menos setenta y dos horas después de la cirugía.

MAÑANA (veinticuatro a cuarenta y ocho horas después de la cirugía):

- **Comienza a cepillarte** los dientes normalmente con el cepillo de cerdas blandas que tienes proporcionado. Evita el enjuague bucal comercial.
- **Enjuaga suavemente** varias veces al día durante la siguiente semana con una solución de media cucharadita de sal en una taza de agua tibia.
- **Sigue descansando.** Abstén de realizar actividad física vigorosa durante al menos cinco días o según las indicaciones de tu médico.

Procedimientos específicos

Muelas del juicio

- Comienza los ejercicios de mandíbula el día de la cirugía: abre y cierra la boca y mueve la mandíbula de un lado a otro varias veces por hora durante la siguiente semana, para minimizar la rigidez y aliviar la restricción de la apertura bucal.
- Mantén la venda ace en su sitio durante veinticuatro horas después de la cirugía para minimizar la inflamación. No apliques hielo ni calor.
- Una semana después de la cirugía, comienza a usar la jeringuilla proporcionada solo para irrigar las **cavidades de extracción inferiores** y para eliminar cualquier alimento que pueda haberse quedado atrapado allí. Debes mantener una buena higiene bucal para minimizar el riesgo de infección. Para su uso, consulte las instrucciones que acompañan a la jeringuilla.

Colocación del implante, injerto óseo y/o bloqueador

- Al cambiar de medicación con receta a medicamento de venta libre para el manejo del dolor, **usa paracetamol o su equivalente genérico, paracetamol. Evita** los antiinflamatorios no esteroideos (AINEs): aspirina, Advil, Aleve, ibuprofeno o Motrin, que pueden retrasar la cicatrización.
- Si tu médico te ha recetado el enjuague Peridex, comienza a usarlo el segundo día después de la cirugía o **según las indicaciones.** Continúa también con los enjuagues con agua salada.
- Tras la cirugía, puede encontrarse una pequeña cantidad de material granular para injertos en la boca; Esto es normal. Tras la cirugía, puede encontrarse una pequeña cantidad de material granular para injertos en la boca; Esto es normal.

Aparatos dentales/dentadura/retenedores

Si tu aparato fue colocado tras la cirugía, no lo retires durante veinticuatro horas salvo que se indique lo contrario. El agua salada comienza a subir después.

Para un ajuste adecuado, consulta con tu dentista habitual para ajustar las dentaduras.

¿Y qué tal...

Sangrado

Mantén la presión en el lugar quirúrgico mordiendo las vendas. Si se produce sangrado activo al retirar la gasa, cámbiamla por una nueva y apliquen presión firme hasta que el sangrado cese. Se pueden usar bolsitas de té humedecidas en lugar de gasas. Los taninos presentes en el té contraen los vasos sanguíneos y favorecen la coagulación. Espera un ligero supurio durante veinticuatro horas. Para evitar la pérdida de coágulos, que proporcionan comodidad durante la curación, no enjuagues ni cepilles los dientes el día de la cirugía.

Control de la incomodidad/dolor

Se puede esperar cierta molestia, dependiendo del grado de la cirugía y las diferencias individuales. Puede que se haya recetado medicación para aliviar los síntomas. Toma medicación cuando la sensibilidad esté recuperando, junto con la comida. No bebas alcohol, no conduzcas ni manejes maquinaria cuando tomes analgésicos con receta. Los dientes adyacentes al lugar o lugares de extracción pueden estar temporalmente sensibles o sensibles durante la cicatrización.

Hinchazón/Hematomas

Parte natural del proceso de curación, la hinchazón normalmente aumenta durante dos días tras la cirugía y luego disminuye gradualmente. También pueden aparecer algunos hematomas que persisten durante aproximadamente una semana y pueden desplazarse hacia debajo de la zona de la cirugía. Mantener la cabeza elevada con varias almohadas en reposo, durante veinticuatro a cuarenta y ocho horas tras la cirugía, puede mantener esto al mínimo.

Dieta

Una buena nutrición y una ingesta adecuada de líquidos son importantes tras la cirugía. Se recomienda una dieta líquida o blanda (batidos, patatas u otras verduras blandas, sopa, yogur, huevos, helado) inmediatamente después de la cirugía. Las bebidas claras y carbonatadas ayudarán a calmar el malestar estomacal. Evita alimentos muy picantes o picantes, junto con snacks duros, duros o crujientes como patatas fritas, frutos secos, semillas o palomitas.

Mandíbula rígida

Los músculos mandibulares tienden a quedar rígidos en los días posteriores a la extracción de las muelas del juicio. Se aconsejan ejercicios sencillos de mandíbula para devolver la movilidad normal de la boca. Abrir y cerrar la boca varias veces por hora a lo largo del día, continuando durante una semana o hasta que la rigidez desaparezca.

Higiene bucal

La comida que permanece en el lugar de la cirugía aumenta el riesgo de infección. Veinticuatro horas después de la cirugía, comienza a cepillarte normalmente con pasta de dientes y limpia alrededor del lugar o zonas de la cirugía. Enjuaga suavemente con agua tibia y salada (1/2 cucharadita de sal por taza de agua) entre seis y ocho veces al día. Evita enjuagues bucales comerciales. Evita usar cepillos de dientes eléctricos durante la primera semana tras la cirugía o hasta que tu médico te lo indique.

Fiebre

La fiebre baja (100°F) no es infrecuente durante las primeras cuarenta y ocho horas tras la cirugía. Bebe más líquidos. Si tiene fiebre superior a 101°F, por favor llame a nuestra consulta.

Náuseas

Las náuseas, que pueden deberse a no comer o a tomar analgésicos con el estómago vacío, pueden aliviarse tomando pequeñas cantidades de líquidos claros y carbonatados cada hora cada 5-6 horas. Si las náuseas continúan, por favor llamen a nuestra oficina.

Suturas

Algunos puntos pueden caerse solos en tres a siete días. No te preocupes si se caen antes. Otros tipos de suturas deben ser retiradas por tu médico y se programará una visita de seguimiento para este propósito.

Incomodidad en el sitio de la vía intravenosa

Puede aparecer un leve hematoma y/o dolor en la zona del sitio intravenoso. Se puede aplicar un paño caliente y húmedo durante treinta minutos, tres veces al día según sea necesario.

Anticonceptivos, antibióticos y curación

Los antibióticos orales pueden disminuir ligeramente la eficacia de las píldoras anticonceptivas orales. **Se recomiendan métodos anticonceptivos suplementarios para las mujeres que toman antibióticos mientras usan anticonceptivos orales.** Los anticonceptivos orales también pueden ralentizar ligeramente el tiempo de curación.



SI NECESITAS HABLAR CON TU
CIRUJANO ORAL FUERA DE HORARIO
POR FAVOR, LLAME A ESTE NÚMERO:
(925) 219-6489

¿Cuándo llamar...

Si tiene motivos para creer que no se está recuperando satisfactoriamente, por favor llame a nuestra oficina al (925) 778-2100. **Fuera del horario laboral, por favor llame al 925-219-6489** para localizar al cirujano de guardia. Para emergencias potencialmente mortales relacionadas con una cirugía oral reciente, llama al 911 o acude inmediatamente al hospital más cercano. Una vez en el hospital, que llame a urgencias al cirujano oral del número anterior.