

## **INSTRUCCIONES POST CIRUGIA**

**LA PRIMERA HORA:** Continúe mordiendo la gasa con presión firme y constante. No toque la gasa (¡no hable!). Después de una hora, retire la gasa con cuidado. Es normal que supure un poco de sangre, pero es posible que deba reemplazar la gasa por una nueva. Doble esta gasa nueva y limpia y colóquela directamente donde estás sangrando. Mantenga la presión o muerda esta nueva compresa de gasa durante 30 minutos más. Otra opción es morder una bolsita de té humedecida (preferiblemente té negro). Puede repetir esto varias veces. Si el sangrado es excesivo y no cede, envíeme un correo electrónico a [Office@TheExtractionClinic.com](mailto:Office@TheExtractionClinic.com), envíe un mensaje de texto al 407-923-7433 o vaya a la sala de emergencias más cercana.

**LAS PRIMERAS 24 HORAS:** NO fumar, NO escupir ni usar pajitas. Puede empezar a comer y beber alimentos blandos a temperatura ambiente cuando se retire la gasa y el adormecimiento haya empezado a desaparecer. Los alimentos blandos incluyen cualquier cosa que pueda cortarse fácilmente con un tenedor. Evite los alimentos que requieren masticación durante al menos 24 horas. Es fundamental mantener una buena dieta después de la cirugía. Beba mucha agua: cuanto más sano esté su cuerpo, más rápido sanará. Tome el analgésico no narcótico (ibuprofeno o Tylenol) lo antes posible, incluso si no tiene dolor y cuando tenga algo de comida en el estómago. Si tiene náuseas, deje de tomar cualquier medicamento durante al menos una hora y beba agua, ginger ale o Gatorade. Aplique una compresa de hielo en la parte exterior del rostro sobre la zona quirúrgica, alternando 10 minutos de uso y 10 minutos de descanso. Si se recuesta, mantén la cabeza ligeramente elevada. Cubre la funda de tu almohada por si sangra. Si la zona vuelve a sangrar en las primeras 24 horas, no te asustes, simplemente vuelve a morder una gasa limpia durante una hora más.

**LOS PRÓXIMOS 5 DÍAS:** A partir de las 24 horas posteriores a la cirugía, comience a enjuagarse suavemente la boca con agua tibia con sal (1/2 cucharadita de sal por cada 237 ml de agua) de 3 a 4 veces al día o después de cada comida durante 4 días. También a partir de las 24 horas posteriores a la cirugía, comience a limpiarse los dientes con pasta dental, incluyendo los dientes alrededor del área quirúrgica. Hágalo con cuidado y use pasta dental de cerdas suaves. Continúe evitando fumar, escupir y usar pajitas. Si necesita estornudar, hágalo con la boca abierta. Evite enjuagarse con agua oxigenada y evitar las bebidas carbonatadas o gaseosas. Evite el ejercicio extenuante o levantar objetos pesados. La mayoría de los pacientes experimentan la mayor incomodidad entre las 48 y 72 horas posteriores al procedimiento; asegúrese de descansar.

**¿QUÉ PUEDO ESPERAR?** Una pequeña cantidad de sangre en la saliva durante 2-3 días. Un sabor metálico y/o mal aliento durante 1-2 semanas. La hinchazón es normal durante 3-4 días, pero debería comenzar a disminuir después de 4-5 días. Se esperan molestias durante 4-5 días, pero pueden durar hasta 2 semanas. La zona quirúrgica puede cambiar de color, de rojo oscuro a naranja, a blanco y finalmente a rosa. También es normal tener dificultad para abrir la boca y/o una leve molestia al tragar durante 2-3 días, o una temperatura ligeramente elevada durante 2-3 días.

**¿CUÁNDO DEBO PREOCUPARME?** Un regreso repentino de hinchazón/malestar, Especialmente después de que comenzaste a verte y sentirte mejor. Hinchazón excesiva y caliente que comienza unos días o semanas después del procedimiento. Fiebre intensa superior a 38 °C. Secreción transparente o amarillenta del sitio quirúrgico 2-3 días después del procedimiento, acompañada de dolor intenso a la palpación.

**EMERGENCIAS: CORREO ELECTRÓNICO: [Office@TheExtractionClinic.com](mailto:Office@TheExtractionClinic.com) llame/envíe un mensaje de texto al 619-877-0124**

**Si no puede comunicarse con nadie, llame o envíe un mensaje de texto al Dr. Rivero al 407-923-7433 o llame al 911.**

## **PREGUNTAS FRECUENTES DESPUÉS DE LA CIRUGÍA**

### **¿Qué y cuándo puedo comer?**

Comience a comer y beber el día de la cirugía después de que le retiren la gasa y se controle el sangrado. Evite los alimentos que requieran masticar durante 24 horas. Buenas opciones son Ensure, Boost, batidos (sin pajita), helado, yogur, sopas (solo caldo) y alimentos similares. Beba mucha agua. Después de 24 horas, puede comenzar una dieta blanda. La comida debe estar a temperatura ambiente, sin alimentos picantes ni picantes. Algunos ejemplos son puré de manzana, plátanos, huevos revueltos, gelatina, puré de papas, pescado al vapor, puré de verduras, aguacate y frijoles horneados. Cambie a una dieta más regular cuando empiece a sentirse mejor. Esto puede ocurrir entre 3 y 10 días después de la cirugía. ¡Recuerde beber mucha agua!

### **¿Cómo puedo controlar el dolor después de la cirugía? \*\*\*\*IMPORTANTE\*\*\*\***

Si puede tomar ibuprofeno (Advil, Motrin) y Tylenol sin problemas, siga estas instrucciones: Durante los primeros tres días, debe tomar 600 mg de ibuprofeno al despertarse, al acostarse y una vez entre cada uso (puede hacer lo mismo con el antibiótico si le recetaron uno). Debe comenzar a tomar el analgésico cuando el sangrado se controle poco después de la cirugía, incluso si no siente dolor. Si siente que necesita más analgésicos, tome 2 Tylenol de mayor potencia además del ibuprofeno. No tome más de 8 Tylenol de mayor concentración por día, especialmente si está tomando otro medicamento con Tylenol.

Es posible que le hayan recetado un analgésico narcótico que incluya hidrocodona o oxicodona. Si cree que podría beneficiarse de este analgésico más fuerte, tome una tableta en lugar de dos Tylenol. Continúa tomando ibuprofeno. Tenga en cuenta que estos analgésicos más fuertes suelen tener efectos secundarios como náuseas, vómitos y estreñimiento. Evite tomarlos durante más de 3 días. Si experimenta dolor postoperatorio intenso, escribanos a [Office@TheExtractionClinic.com](mailto:Office@TheExtractionClinic.com).

### **Creo que tengo alvéolo seco, ¿qué debo hacer?**

La alveolitis seca es una complicación muy poco común, pero dolorosa, tras la extracción de una muela. Suele presentarse tras la extracción de una muela inferior, como las muelas del juicio, y está directamente relacionada con el tabaquismo. No tiene cura ni es un signo de infección. Sin embargo, existen maneras de aliviar el dolor. Si cree que padece alveolitis seca, llame a la clínica para programar una consulta postoperatoria.

### **¿Por qué no me dieron antibióticos después del procedimiento?**

Los antibióticos no están indicados después de todas las extracciones dentales y pueden causar efectos secundarios innecesarios como diarrea y náuseas. No aceleran la cicatrización después de una

extracción dental. El dentista utilizará su criterio profesional para decidir si los antibióticos están indicados. No dude en consultarlo con el dentista.

**¡Creo que el dentista dejó un trocito de diente donde me operó! ¿Qué debo hacer?**

La mayoría de los dientes se extraen de una sola pieza y el dentista puede detectar fácilmente si queda un fragmento fracturado en el alvéolo. En ocasiones, un pequeño fragmento de hueso muerto, llamado secuestro, se desprende del alvéolo durante el proceso de cicatrización. Es probable que sienta una de estas astillas óseas. La mayoría se desprenden solas, pero no dude en llamarnos para programar una cita para que podamos verificar que se trata de un secuestro y extraerlo fácilmente si lo desea.

**Han pasado algunos días desde mi cirugía y todavía me siento entumecido, ¿qué debo hacer?**

Si un paciente siente entumecimiento en el labio, el mentón o la lengua, no hay motivo de alarma, ya que suele ser temporal. Sin embargo, le recomendamos encarecidamente que llame a la clínica y programe una cita con el dentista si el entumecimiento dura más de dos días. También puede enviar un correo electrónico a la clínica. [Office@TheExtractionClinic.com](mailto:Office@TheExtractionClinic.com)

**Se me cayó uno de los puntos, ¿está bien?**

Los puntos que se colocan durante la cirugía casi siempre son de tipo reabsorbible y se caen en un plazo de 2 a 7 días. Si un punto se cae antes, no suele haber motivo de alarma, pero no dude en contactarnos por correo electrónico a [Office@TheExtractionClinic.com](mailto:Office@TheExtractionClinic.com).