

### **Instrucciones Después de Operación:**

#### **ACTIVIDAD:**

- Descansar tanto como sea posible por las próximas 24 horas. Evitar recostarse plano durante el resto del día.
- Evitar actividad extenuante por los próximos 4 días.

#### **SANGRADO:**

- Gasas son puestas en los sitios de extracción para ayudar a detener el sangrado.
- Al llegar a casa, reemplace la gasa y mantenga una buena presión de apretado en la zona durante 1 hora. Retire la gasa, buscar en los sitios de extracción. Si los sitios todavía están sangrando usar gasa nueva y continuar la presión.
- Asegúrese de colocar la gasa sobre el sitio de la extracción. (No utilice la gasa para juzgar el sangrado.
- Realmente se ven en el sitio quirúrgico.) Controlar el sangrado cada hora.
- Un poco de supuración es normal durante las primeras 24 horas. Es posible que haya un poco de saliva con sangre en los próximos días.

#### **PUNTADAS:**

- Las puntadas están en su lugar. Con el tiempo se absorberán por sí solas dentro de 5-7 días

#### **HINCHAZON:**

- Usted puede tener hinchazón durante los próximos 5 a 6 días. Por lo general, la inflamación se iniciará en el segundo día. La hinchazón será la peor en los días 3 y 4, y debe comenzar a mejorar gradualmente.
- Debe mantener una bolsa de hielo en el lado de la cara tanto como sea posible durante las próximas 24 horas. Ponga a un lado durante 30 minutos y luego cambiar a la otra parte. No use el hielo mientras duerme.
- Después de 36 horas, cambiar a calor húmedo.

#### **DOLOR:**

- Es normal que el dolor empeore durante el próximo par de días. La mayor molestia es vista en el día 2 y 3.
- Una vez que llegue a casa y el sangrado se ha detenido, debe comer (alimentos blandos, budín, etc.)
- Después de comer, comience a tomar las Ibuprofeno/Acetaminafeno. Repita el ibuprofeno/Acetaminafeno cada 6 horas para los próximos 3 a 4 días. Esto ayudará a disminuir el dolor y la hinchazón.
- Para el dolor más intenso, agregue el narcótico para el dolor entre dosis del ibuprofeno/Acetaminofeno. No tome el ibuprofeno/Acetaminofeno y el narcótico, al mismo tiempo, ya que esto es probable que usted se enferme.
- Debe alternarse el narcótico y el ibuprofeno/Acetaminofeno cada 3 horas. Siempre tome su medicamento con los alimentos; tomar medicamentos para el dolor con el estómago vacío puede hacer que se enferme. No conducir o manejar maquinaria mientras esté tomando medicamentos narcóticos para el dolor.

#### **DIETA:**

- Beba líquidos tanto claras y agua como sea posible.  
Mantenga una dieta blanda durante los próximos días. Sopa tibia, puré de papas, yogurt, pudín, etc.
- Mantenga su Ingesta de calorías para promover la curación. Boost, Ensure o Carnation Instant Breakfast son nutritivos y le ayudará a mantener su nivel de energía.  
Evite las comidas calientes o líquidos durante las primeras 24 horas. Esto podría agravar la hemorragia.  
Evite los alimentos como las nueces, semillas, palomitas de maíz y los alimentos crujientes duros por la primera semana. No fume.  
No consumir bebidas alcohólicas durante las 24 horas posteriores a la cirugía o al tomar medicamentos para el dolor.

#### **HIGIENE ORAL:**

- Trate de no perturbar el área quirúrgica hoy. Y no se enjuague la boca hoy.
- A partir de mañana, enjuague con agua tibia con sal de 3 a 4 veces al día. Enjuague con el enjuague bucal antibiótico dos veces al día para la próxima semana.
- A partir de mañana, se cepillan los dientes con suavidad con cuidado en el área de la cirugía (a menos que el doctor le indique lo contrario)