



WEST BALLANTYNE ORAL SURGERY

14746 Lancaster Hwy B

Pineville, NC 28134

Phone: (704) 583-5217

INSTRUCCIONES POSTOPERATORIAS

El día de la cirugía:

SANGRADO

Muerda firmemente los paquetes de gasas que se han colocado sobre las áreas quirúrgicas, asegurándose de que permanezcan en su lugar. No los cambie durante los 30-60 minutos. La gasa se puede quitar después de esta primera hora (más o menos) si el sangrado no es persistente, o se puede reemplazar según sea necesario. No es necesario mantener la gasa en su lugar durante la noche. * EVITE CUALQUIER ENJUAGUE VIGOROSO EL PRIMER DÍA *.

La exudación de sangre de los sitios quirúrgicos es normal / esperada durante los primeros 1-2 días después de su procedimiento, sin embargo, el sangrado nunca debe ser grave (es decir, "bombeo o chorro" fuera de su(s) sitio(s) quirúrgico(s)). Si es así, generalmente significa que los paquetes de gasas solo se aprietan ligeramente entre los dientes y no ejercen presión sobre las áreas quirúrgicas. Intente volver a colocar las gasas y morder con una presión firme durante al menos 30 minutos a la vez. Si el sangrado persiste después de esto, reemplace la gasa con una **bolsa de té NEGRO húmeda**. Se ha demostrado que los taninos que están contenidos en el té negro ayudan con la formación de un coágulo de sangre. Si el sangrado permanece incontrolado, por favor llame a nuestra oficina.

HIGIENE / CUIDADO

No perturbe el área quirúrgica hoy (o nunca). NO enjuague vigorosamente ni sondee el área con ningún objeto. Puede cepillarse los dientes suavemente al final del día, pero NO se cepille los sitios quirúrgicos. **NO FUME durante al menos 48-72 horas**, ya que esto es muy perjudicial para la curación y puede causar una alveolitis seca o infección. Mantener la boca limpia después de la cirugía es esencial. Comience a usar el enjuague bucal recetado según lo prescrito (agite y escupa dos veces al día, después del desayuno y antes de acostarse, después de cepillarse los dientes). **Evite los enjuagues bucales de venta libre (es decir, Scope, Listerine, etc.) durante al menos 7-10 días.**

HINCHAZÓN:

La hinchazón de la cara a menudo se asocia con la cirugía oral. Se puede minimizar mediante el uso de una compresa fría, bolsa de hielo o una bolsa de guisantes congelados envueltos en una toalla y aplicados firmemente a la mejilla adyacente al área quirúrgica. Esto debe aplicarse 20 minutos de encendido y 20 minutos de descanso durante las primeras 24 horas después de la cirugía: ****El hielo solo es efectivo para minimizar la hinchazón postquirúrgica durante las primeras 24 horas después del procedimiento****. Si le han recetado medicamentos (Prednisona o Dexametasona) para ayudar a aliviar (no eliminar) la hinchazón posquirúrgica, asegúrese de tomarlo según las indicaciones y aún use hielo como se indicó anteriormente. **Tenga en cuenta que la hinchazón postquirúrgica generalmente no "alcanza su punto máximo" (es decir, alcanza su extensión máxima) hasta 72 horas después del procedimiento, y luego debe comenzar a disminuir y mejorar después de eso.** **Nota:** Aunque es menos frecuente, la hinchazón a veces también puede ir acompañada de hematomas en la cara externa y la parte superior del cuello. Esto tiende a ocurrir con mayor frecuencia en individuos de piel más clara, pacientes que toman medicamentos anticoagulantes y ancianos. Los moretones generalmente se resolverán por sí mismos y se volverán menos notables en 5-7 días.

DOLOR:

Desafortunadamente, la mayoría de los procedimientos de cirugía oral van acompañados de un grado moderado de molestia. Por lo general, tendrá una receta para medicamentos para el dolor. **Debe comenzar a tomar analgésicos antes de que el medicamento anestésico desaparezca.** Recomendamos encarecidamente el uso de Ibuprofeno como su medicamento para el dolor de primera línea, ya que actúa como un antiinflamatorio (para contrarrestar la hinchazón) y un analgésico leve. **No subestime la efectividad de los analgésicos (de venta libre): muchos estudios han demostrado que el ibuprofeno y el Tylenol, tomados en combinación y de acuerdo con un cronograma, son más efectivos que los analgésicos narcóticos para aliviar y controlar el dolor postquirúrgico. Consulte la hoja "Régimen de control del dolor" del Dr. Soung que se le proporcionó.** Los efectos de los medicamentos para el dolor varían ampliamente entre las personas, así que llámenos si nuestro régimen de dolor recomendado no proporciona un alivio adecuado. Recuerda que el dolor más intenso suele aparecer en las primeras 24 horas después de que el medicamento anestésico deja de hacer efecto. También recuerde que no existe ningún medicamento para el dolor o régimen de dolor que elimine el 100% del dolor postquirúrgico; se espera alguna molestia / normal incluso después de tomar medicamentos para el dolor. El objetivo es usar medicamentos para el dolor para disminuir las molestias a un nivel manejable.

EFFECTOS RELACIONADOS CON ANESTHESIA

Si se sometio a sedacion (intravenosa) o sedacion ORAL: El resto del día, probablemente se sentirá somnoliento/mareado. Puede que su cara se sienta sonrojada y su piel caliente y sudorosa mientras Los sedantes/anestésicos permanecen en su organismo. NO beba alcohol (de ningún tipo) durante las primeras 24 horas, ya que esto puede empeorar los efectos secundarios de la anestesia. NO conduzca, no use maquinaria ni herramientas eléctricas durante 24 horas. NO tome decisiones importantes ni firme documentos legales durante 24 horas.

NÁUSEAS:

Puede que experimente náuseas y/o vómitos relacionados con la anestesia en el periodo inmediato postoperatorio, que normalmente se resuelven solos tras 12-24 horas. Si las náuseas persisten (o comienzan) más de 24 horas después del procedimiento, los analgésicos narcóticos suelen ser la causa. Las náuseas pueden reducirse anticipando cada dosis de narcótico con una pequeña cantidad de comida y tomando el medicamento con un vaso de agua. **Llámanos si no te encuentras mejor, y si es necesario, se puede recetar medicación anti-náuseas con receta.**

SUTURAS:

La sutura más común que coloca el Dr. Soung es soluble y puede "reabsorber" o caer por sí sola en 5-7 días tras la cirugía. Algunos procedimientos específicos o áreas del sitio quirúrgico pueden requerir suturas de "acción prolongada" que no se disuelvan ni reabsorberán durante varias semanas, o (rara vez) suturas NO reabsorbibles que el Dr. Soung deberá retirar durante una visita postoperatoria.

DIETA:

Comience con líquidos fríos claros y alimentos blandos que no requieran masticar hasta que el medicamento anestésico haya desaparecido. Evite los alimentos extremadamente calientes (cálido está bien) y las bebidas carbonatadas. **No use pajilla/popote durante al menos 1 SEMANA después de la cirugía.** A menos que se indique lo contrario, recomendamos limitar la ingesta del primer día a alimentos blandos (sopas, gelatina, puré de manzana, pasta, etc.). **Evite los alimentos duros, crujientes o pegajosos como nueces, semillas, palomitas de maíz, etc., que pueden alojarse en sitios de extracción o incisión. **CONSULTE la pagina "*¿Qué puedo comer después de mi procedimiento?*" **.** Durante los próximos días, puede progresar gradualmente a alimentos sólidos. Si usted es diabético, mantenga sus hábitos alimenticios normales o siga las instrucciones dadas por su médico.

Durante ~1 semana después de su procedimiento:**CEPILLADO:**

Comience su rutina normal de higiene oral poco después de la cirugía, pero **EVITE cepillarse directamente sobre o alrededor de los sitios quirúrgicos (es decir, manténgase al menos a 1-2 dientes de distancia de los sitios quirúrgicos).**

CURACIÓN:

La cicatrización normal tras una cirugía oral debe ser la siguiente: Los primeros 2-3 días después de la operación suelen ser los más incómodos y suele haber algo de inflamación. En los días 3 o 4 deberías empezar a sentirte más cómodo y, aunque aún estás hinchado, normalmente puedes empezar a avanzar en tu dieta (**pero evitando alimentos duros, crujientes o pegajosos**). Debería haber una mejora gradual y constante en tu dolor, molestias e hinchazón durante el resto del curso postoperatorio. **El tejido gingival alrededor del lugar quirúrgico suele permanecer hinchado y rojo durante ~1 semana.**

BORDES AFILADOS:

Si siente bordes afilados o algo duro en (o alrededor) de un sitio de extracción, es probable que esté sintiendo las paredes óseas que una vez sostuvieron el diente. Pequeñas astillas de hueso pueden trabajar por sí solas y / o suavizarse por sí solas dentro de unas pocas semanas después del procedimiento. Si no se resuelven a sí mismos o causan molestias persistentes, llame a nuestra oficina.

West Ballantyne Oral Surgery

Dr. George Y. Soung, DDS, FAAOMS, FACOMS
Cirujano Oral y Maxilofacial Certificado por la Junta

RÉGIMEN DE CONTROL DEL DOLOR RECOMENDADO

Siga estas instrucciones PASO A PASO:

****RECOMENDAMOS ENCARECIDAMENTE que comience este régimen de medicamentos para el dolor ANTES de que el medicamento anestésico (anestésico local) administrado durante el procedimiento desaparezca por completo****

PASO 1: **IBUPROFENO** recetado por el Dr. Soung, OR comprado sin receta.

(NOTA: Advil o Motrin son versiones de marca del Ibuprofeno que se pueden comprar en vez de Counter, que normalmente viene en tabletas de 200 mg. **Toma 2-3 comprimidos**). *Se prefiere el ibuprofeno frente a otros NSAIDs como el Aleve (Naproxeno Sodico) *.

1. Tomar Ibuprofeno **400 mg** cada 4-6 horas
2. **Si sigue experimentando dolor en las horas 1-3 después de tomar este medicamento, vaya al PASO 2**



PASO 2: Toma **TYLENOL** de venta libre (también conocido como acetaminofén): **¡sigue las instrucciones del envase!**

1. Alterna este medicamento con Ibuprofeno, idealmente tomándola 1-2 horas después de tomarla (pero no más frecuentemente que cada 4 horas)
2. **Si han pasado 4 horas o más desde que tomó su última dosis de IBUPROFENO y solo experimenta dolor leve/moderado (después de tomar Tylenol), vuelva al PASO 1**
3. **Si todavía experimenta dolor INTENSO en las horas 1-3 después de tomar este medicamento, vaya al PASO 3**



PASO 3: Si el Dr. Soung le recetó un medicamento NARCÓTICOS (generalmente **hidrocodona / acetaminofén**), tómelo **SEGÚN LO PRESCRITO (es decir, solo cada 4-6 horas)**.

NOTA: Múltiples estudios han demostrado de forma concluyente que la COMBINACIÓN de Ibuprofeno + Tylenol (tomado según un régimen estricto) es más eficaz para el control del dolor postquirúrgico que los analgésicos narcóticos.

El ibuprofeno, el Tylenol y la hidrocodona/paracetamol se pueden tomar simultáneamente (al mismo tiempo), si es absolutamente necesario. No hay reactividad cruzada, riesgo de sobredosis o efectos adversos con tener los 3 de estos medicamentos para el dolor en su cuerpo al mismo tiempo, siempre y cuando no los tome con más frecuencia de lo recetado.

INSTRUCCIONES DE LA JERINGA

****No a todas las personas se les administra una jeringa (dependiendo del procedimiento que se realizó). Si le dieron uno, aquí están las instrucciones para un uso adecuado:***

- **NO comience a usar hasta el 3er día después de la cirugía**
 - Ejemplo: Si su cirugía fue el lunes, comenzaría las instrucciones de la jeringa el jueves
- Enjuague bucal Peridex/Periogard (gluconato de clorhexidina al 0,12%) en la jeringa (jale el émbolo lentamente para llenar la jeringa por completo).
 - Si no le recetaron el enjuague bucal Peridex/Periogard, puede usar una mezcla de agua salada como líquido. Mezcle 2 cucharaditas de sal de mesa en 4-6 oz de agua tibia. Coloque la jeringa en el líquido y jale el émbolo hacia arriba lentamente para llenar la jeringa.
- Coloque la **punta de la jeringa un poco más allá del borde superior del tejido de las encías y hueso** donde se extrajo el diente y empuje firmemente el émbolo de la jeringa hacia abajo para enjuagar el hueco del diente.
- Repita el proceso anterior para todos los sitios INFERIORES donde se extrajeron los dientes.
- No es necesario enjuagar los sitios superiores.
- Debe continuar enjuagando los huecos de los dientes hasta que se cierren, esto podría llevar varias semanas.



WEST BALLANTYNE ORAL SURGERY

Dr. George Y. Soung, DDS, FAAOMS, FACOMS

Cirujano Oral y Maxilofacial Certificado por la Junta

¿Qué puedo comer después de someterme a extracciones quirúrgicas?

Ejemplos de alimentos blandos: (4-7 días)

- Gelatina
- Puré de papa
- Batatas
- Sopas
- Yogur / Requesón
- Galletas blandas / pan
- Verduras blandas al vapor
- Aguacate
- Frijoles negros / frijoles horneados,
- Batidos (sin pajilla!)
- Malteada (Sin pajilla!)
- Puré de manzana
- Plátanos / Bananas
- Tarta de queso (¡sin nueces!)
- Helado (¡sin nueces!)
- Huevos revueltos
- Mac-N-Cheese
- Panqueques
- Avena
- Pasta (**¡sin salsa de carne!**)
- Batidos de proteínas (sin pajilla!)
- Hummus / Salsa

NO COMER:(7 días)

- X Alimentos crujientes
- X Pizza
- X Galletas
- X Chips
- X Pretzels
- X Nueces/Granola
- X Carnes duras (Pollo frito, Chuletas de Cerdo, chicharron)
- X Palomitas de maíz
- X Zumo de Naranja
- X Alimentos cítricos
- X Comida Picante
- X Chicle
- X Caramelo (dulces duros)
- X Pollo empanizado
- X Quinoa / Arroz
- X comida con Semillas