



CUIDADO EN EL HOGAR

- 1. Evite fumar y el consumo de alcohol durante la recuperación.**
- 2. Sangrado:** Cambie la gasa cada 30 minutos durante las primeras horas. Mucha presión disminuirá el sangrado más rápido. El sangrado generalmente dura de 1 a 2 horas, pero puede ocurrir algo de sangrado y supuración hasta 24 a 48 horas. Al descansar, es mejor mantener la cabeza ligeramente elevada. Si nota sangrado, muerda firmemente una gasa durante 15 minutos. Si el sangrado no disminuye, llame para más instrucciones.
- 3. Inflamación:** La inflamación que normalmente se espera suele ser proporcional a la cirugía involucrada. La hinchazón alrededor de la boca, las mejillas, los ojos y el costado de la cara es común. Esta es la reacción normal del cuerpo a la cirugía y eventual reparación. La hinchazón no se hará evidente hasta el día siguiente de la cirugía y no alcanzará su máximo hasta dos o tres días después de la operación. La hinchazón puede minimizarse mediante el uso inmediato de compresas de hielo (20 minutos puestas y 20 minutos libres). Después de 36 horas, el hielo no tiene ningún efecto beneficioso. Si la inflamación o la rigidez de la mandíbula persisten durante varios días, no hay motivo de alarma. Esta es una reacción normal a la cirugía.
- 4. Higiene oral:** Una buena higiene oral es esencial para una buena cicatrización. Puede cepillarse los dientes la noche de la cirugía. Sea suave al principio cuando cepille las áreas quirúrgicas. El día siguiente a la cirugía, si se lo recetan, use el enjuague bucal con clorhexidina dos veces al día (después del desayuno y antes de acostarse) durante una semana. Asegúrese de enjuagar SUAVEMENTE durante al menos 30 segundos, NO buches vigorosamente ni escupa. Los enjuagues con agua tibia con sal deben usarse de cuatro a cinco veces al día, especialmente después de las comidas. CEPILLATE LOS DIENTES DOS VECES AL DÍA.

Enjuague del alveolar: Comience a usar 7 días DESPUÉS de las extracciones.
Llene la jeringa con la clorhexidina restante, si no queda, use agua tibia con sal.
Enjuague suavemente los alveolos inferiores después de cada comida y antes de acostarse.
Continúe hasta que la punta de la jeringa ya no encaje en los sitios de extracción
- 5. Dieta de alimentos blandos.** Durante 1 o 2 días después de la cirugía, recomendamos una dieta de alimentos blandos. Después de cada comida, enjuague suavemente como se indica en el n.º 3. Volver a su dieta regular le ayudará con su recuperación. Aquí hay algunas ideas de alimentos que puede comer: batidos (sin semillas), puré de papas, huevos revueltos, desayuno instantáneo, yogur, budín, gelatina, sopa, compota de manzana, paletas heladas, helados, bebidas nutritivas. Cuanto más rápido regrese a una dieta regular, más rápido se recuperará. Evite las pajitas durante 7 días.
- 6. Dolor.** Consulte su receta para obtener instrucciones, comience a tomar los medicamentos lo antes posible. Recomendamos configurar un recordatorio en su teléfono.
- 7. Antibióticos.** Si le han recetado antibióticos, tómelos según las indicaciones. Suspenda su uso en caso de erupción cutánea u otra reacción desfavorable. Llame a la oficina si tiene alguna pregunta.
- 8. Puntadas:** Las puntadas que usamos se disolverán en 2-7 días. Si se disuelven antes o después, no se preocupe, solo son necesarios durante las primeras 24 horas. Algunos pacientes pueden no requerir puntadas.