



Instrucciones Postoperatorias después de una Extracción

Cómo cuidar su boca después de una extracción

Me comprometo a brindar la misma calidad de atención después de su procedimiento que la que experimentó durante su visita. Por favor, lea estas pautas generales e instrucciones de cuidado posterior. El cumplimiento fiel de estas instrucciones ayudará a asegurar una curación adecuada después de su extracción. Por todos los medios, LLAME a cualquier hora de cualquier día para informar un problema continuo o una preocupación persistente.

1. Para Controlar el Sangrado:

- a. Durante una hora, muerda firmemente la gasa que se coloca en el sitio de la extracción.

- b. Despues de una hora, retire la gasa y espere uno o dos momentos. Mire el área del sitio de la extracción. Si el sitio de la extracción continúa sangrando, repita el paso (a). Si no hay sangrado, no tiene que reemplazar ni morder la gasa.

- c. Los episodios de ligero goteo son comunes durante varios días después de la extracción de dientes. Si el sangrado se reanuda, coloque una gasa nueva en el sitio de la extracción y repita el paso (a) descrito anteriormente.

- d. Si se queda sin gasa, humedezca una bolsa de té con agua y muérdala. El té es muy útil para detener el sangrado de los sitios de extracción.

- e. No se enjuague la boca ni escupa el día de la cirugía. Esto puede romper o desalojar los coágulos de sangre y hacer que el sitio de la extracción vuelva a sangrar.

- f. Despues de la cirugía, absténgase de levantar objetos pesados o realizar actividades físicas extenuantes. Evite agacharse y colocar la cabeza por debajo del corazón. Estas actividades aumentan la presión arterial en la cabeza y pueden causar que el coágulo de sangre se desalojen del sitio de la extracción. Esto complicará el proceso de curación y causará dolor innecesario.

g. Evite beber con pajita o fumar, ya que la acción de succión de estas actividades puede hacer que el sangrado persista

2. Para Controlar la Hinchazón:

- a. Se debe aplicar una compresa fría lo antes posible después de la cirugía. Se puede hacer una buena compresa fría colocando hielo y agua en una bolsa Ziploc. Cubra la bolsa Ziploc con una toallita antes de aplicarla contra su cara. Usando intervalos de 20 minutos, coloque la compresa fría en su cara durante 20 minutos y luego quitela durante 20 minutos. Esto funciona bien durante las primeras 24-36 horas después de la cirugía.
- b. Nunca use una bolsa de agua caliente o una almohadilla térmica en las primeras 36 horas, ya que esto aumentará la hinchazón.

3. Para Controlar el Dolor:

- a. Puede tomar 600 mg de ibuprofeno (Advil o Motrin) cada 6 horas durante 7 a 10 días después de la cirugía. Puede tomar Acetaminofén (Tylenol) 500 mg cada 6 horas al mismo tiempo que el ibuprofeno. Estos analgésicos de venta libre ayudarán a minimizar la inflamación y reducir la necesidad de medicamentos recetados para el dolor. No tome los medicamentos anteriores si es alérgico a ellos o si su médico le ha indicado que no los tome.
- b. Los antibióticos, si se recetan, deben tomarse según las indicaciones hasta que se terminen por completo.
- c. Si toma medicamentos recetados por razones médicas, como presión arterial alta, diabetes, etc., continúe tomándolos a la hora programada normalmente a menos que se le indique lo contrario

4. Fumar/Vapear: Nada causa más problemas a un sitio de extracción en curación que fumar/vapear.

- a. Se sabe que fumar/vapear causa "alvéolos secos". Un alvéolo seco es una complicación menor pero extremadamente dolorosa después de una extracción. Las personas que fuman tienen la mayor frecuencia de alvéolos secos. Lea la nota al pie sobre los alvéolos secos.
- b. Por lo tanto, **NO FUME ni VAPEE** en absoluto durante las primeras 48 horas después de una extracción. **¡SIN EXCEPCIONES!**
- c. Durante los primeros 14 días después de una extracción, siga esta sencilla regla: "Si le duele la boca en absoluto, ¡no fume ni vapee!"
- d. mouth hurts at all, don't smoke or vape!"

5. Comer:

- a. A veces puede ser necesaria una dieta fría y blanda durante los primeros días después de la

- cirugía. La mayoría de los pacientes pueden reanudar la ingesta regular de alimentos en poco tiempo.
- b. La nutrición adecuada es vital para la curación y debe comenzarse tan pronto como sea práctico después de la cirugía.
 - c. No beba bebidas carbonatadas, como refrescos, cerveza o champán durante las primeras 48 horas después de la cirugía. Las burbujas pueden interferir con la coagulación de la sangre y complicar el proceso de curación.

6. Higiene Oral: Por favor, no se enjuague la boca el día de la cirugía.

- a. Después de 24 horas, puede enjuagarse la boca con una solución de 1/2 cucharadita de sal diluida en 8 onzas de agua tibia.
- b. Enjuague a fondo al menos 3-4 veces al día, especialmente después de las comidas. Recuerde comenzar a enjuagar el día después de la cirugía y continuar enjuagando durante dos o tres semanas después. Asegúrese de que no queden restos de comida atrapados en el sitio de la extracción en curación.
- c. El cepillado y el uso de hilo dental regulares pueden reanudarse el día de la cirugía. Evite el área de la cirugía con especial precaución.

7. Instrucciones Post-Anestesia: Aquí hay instrucciones especiales para aquellos pacientes que se sometieron a cirugía con anestesia intravenosa, o para aquellos que tomaron un sedante oral antes de la cirugía:

- a. No conduzca un automóvil ni opere maquinaria o equipo potencialmente peligroso durante 24 horas después de la cirugía.
- b. Por favor, absténgase de actividad extenuante y descanse durante 24 horas después de la cirugía