

Instrucciones Post Operatorias: Muelas del Juicio

Instrucciones Postoperatoria Inmediatas

- **No conduzca** después de una sedación intravenosa. Su acompañante debe llevarlo a la farmacia y a su casa.
- **Permanecer mordiendo la gasa** durante 30-90 minutos. Asegúrese de que la gasa se coloque directamente sobre los sitios quirúrgicos. Estos deben permanecer en su lugar hasta que el sangrado se haya detenido.
- Las cantidades más pequeñas de sangrado continuarán durante los próximos días. Esto es normal. La gasa solo está destinada a ayudar a detener el sangrado más extenso que sigue inmediatamente a la cirugía.
- Comience una dieta **líquida/suave nutritiva y rehidrátese** con líquidos. Vea las recomendaciones de alimentos.
- Comience a tomar medicamentos. Siga la hoja de instrucciones del medicamento que se le proporcionó. **NO tome** medicamentos sin comida. Tomar medicamentos con el estómago vacío puede causar náuseas/vómitos.
- Tome 600 mg de ibuprofeno o 500 mg de Tylenol si tarda más de lo esperado en recibir sus recetas.

Dieta

- **Día 1-3: Alimentos líquidos:** yogurt, budín, puré de manzana, gelatina, batidos, helados, batidos nutricionales, batidos de proteínas, jugo, leche, Gatorade.
- **Día 4-7: Alimentos "sólidos blandos":** pasta hervida, huevos revueltos, avena, puré de papas, requesón.
- Evitar alimentos con **semillas duras o con trozos** que puedan quedar pegados en la zona: frambuesas, palomitas de maíz, etc.

Actividad

- No conduzca ni opere maquinaria pesada durante las **24 horas** posteriores a la cirugía.
- Abstenerse de **actividad física extenuante** (levantamiento de pesas, deportes de contacto, trabajo físico pesado) por un mínimo de 3 días.
- Evite los productos de **alcohol y tabaco** durante 1 semana después de la cirugía. Estos ralentizan y complican el proceso de curación.

Progresión de Curación

- Los síntomas y la hinchazón alcanzan su punto máximo alrededor del día 4 después de la cirugía. Esto es normal y puede ser el momento más doloroso durante la curación. Seguir las instrucciones postoperatorias y de medicación es fundamental para minimizar estos síntomas.
- Después del día 4, los síntomas deberían comenzar a mejorar. Después de 1 semana, el dolor debería haber disminuido en gran medida, con algunas molestias persistentes en los sitios quirúrgicos.
- Incluso después de que el dolor y la inflamación desaparezcan, las aberturas quirúrgicas en el tejido de las encías tardan de **4 a 6 semanas en sanar por completo**. Mantener las áreas limpias con la jeringa de irrigación es importante para una cicatrización adecuada y para prevenir infecciones.

NUMERO DE DENTISTA: (720) 672-1518

Cuidado del sitio

- **Evite escupir, enjuagar vigorosamente, beber con sorbete o fumar** durante 1 semana. Estas actividades provocan succión en la boca y pueden desalojar el coágulo de sangre que está tratando de formarse en el sitio de extracción.
- Perturbar el coágulo de sangre causará una **alveolitis seca**, lo que agrega un dolor significativo al proceso de curación. El riesgo de alveolitis seca es más alto en las primeras 72 horas después de la cirugía. Por este motivo, tampoco utilice la **jeringa** de irrigación que le han dado en las primeras 72 horas.
- Después de 72 horas, el riesgo de alveolitis seca es bajo. **Comience a enjuagar los sitios quirúrgicos con la jeringa de irrigación provista.** Extraiga un poco de enjuague recetado o agua tibia con sal en la jeringa, coloque la punta directamente en los sitios de extracción inferiores y enjuague suavemente los sitios. Haga esto 2-3 veces al día para evitar la impactación de alimentos. La impactación de alimentos en el área puede causar un dolor significativo, retrasar la curación y aumentar el riesgo de infección.
- Si recibió PRF **“prevención de alveolitis seca”**, espere 1 semana completa antes de usar la jeringa de irrigación.
- Vuelva a cepillarse los dientes con normalidad, sin embargo, sea muy cuidadoso con los molares de la parte inferior de la espalda. Durante la cirugía, las encías se separaron en esta área y necesitan volver a adherirse y sanar.
- **No se requieren puntos de sutura la mayor parte del tiempo.** Si le colocaron puntos, se disolverán o se caerán después de aproximadamente 1 semana.

Inquietudes/Consejos Comunes

- **Bolsas de hielo** pueden ayudar a minimizar la hinchazón y el dolor. Las bolsas de hielo se deben aplicar durante 15 minutos y 15 minutos durante las primeras 24 horas. Concéntrese en aplicar las bolsas de hielo a cada lado de la **mandíbula inferior**. Aquí es donde la hinchazón postoperatoria es más profunda.
- Si el sangrado parece persistente, puede remojar una **bolsita grande de té** en agua fría y morder con presión como si fuera una gasa. Esto puede ayudar a controlar el sangrado y también proporciona una sensación calmante.
- Es normal permanecer adormecido durante todo el primer día y la noche después de la cirugía. Esto puede afectar todo el labio inferior, la lengua, las encías e incluso la parte superior de la cara y los párpados.
- **Una gota de sangre** mezclada con una boca entera de saliva parece una boca entera de sangre. Esto puede preocuparle y hacerle pensar que tiene un sangrado excesivo. Sin embargo, la mayoría de lo que ves es saliva y no sangre. No se preocupe por el sangrado excesivo si el color es rojo claro y claro.
- La **“mandíbula rígida”** es un síntoma común durante la curación. Esta es la dificultad para abrir y cerrar durante los días posteriores al procedimiento. Los estiramientos de la mandíbula y las compresas de calor en las mejillas pueden ayudar con esto.

Cuándo llamar: llame al número de guardia si experimenta alguno de estos síntomas

- **Hinchazón debajo de la mandíbula** que afecta el cuello y **restringe la capacidad de respirar**
- Hinchazón en el **paladar** (techo de la boca) que aumenta de tamaño
- Sangrado abundante y persistente. Sangrado **ROJO OSCURO** excesivo que no es transparente ni claro
- Entumecimiento que dura más de 24 horas
- Hinchazón que **reaparece** más de 4 semanas después de la cirugía
- Se espera hinchazón en la primera semana. Si la hinchazón desaparece después de una semana y luego regresa 4 o más semanas después, esto es un signo de infección posoperatoria que necesita antibióticos o drenaje quirúrgico.

NUMERO DE DENTISTA: (720) 672-1518