



# PEAK PERIODONTICS & IMPLANTS

SUPPORTING THE SMILE THAT SUPPORTS YOU

Nathan Antoine DMD, MS

## Instrucciones posoperatorias para regeneración ósea

### ACTIVIDAD:

- Procure descansar lo máximo posible durante las próximas 24 horas. Evite cualquier esfuerzo físico intenso durante las próximas dos semanas.
- Duerna con la cabeza ligeramente elevada durante los próximos 3 días.
- Si ha recibido sedación intravenosa, NO conduzca, ni maneje maquinaria pesada, herramientas eléctricas ni firme documentos legales en las próximas 24 horas.

### SANGRADO:

- Es normal que haya un leve sangrado o supuración en la zona intervenida. La sangre puede mezclarse con la saliva y dar la impresión de que hay más sangrado del real.
- Se le proporcionará gasa estéril para llevar a casa. Si la zona sigue sangrando, utilice una gasa nueva. Humedezca la gasa con agua fría y mantenga una ligera presión. Asegúrese de colocar la gasa directamente sobre el área de la cirugía. Revise el sangrado cada hora; si la zona deja de sangrar, no es necesario colocar más gasa. Presione SUAVEMENTE la gasa con la mordida.

### PUNTOS DE SUTURA:

- Es posible que tenga puntos de sutura. Estos suelen desprenderse por sí solos entre 7 y 14 días después de la intervención.
- Si sus puntos son de color morado, tardarán más en disolverse. Deberá acudir a una cita de revisión para que se retiren este tipo de puntos.
- No manipule ni tire de nada en la boca; si los puntos le resultan molestos, póngase en contacto con la clínica.

### INFLAMACIÓN:

- Es normal que experimente hinchazón durante los próximos 3 o 4 días. La inflamación será más intensa en los días 2 y 3, y después empezará a disminuir poco a poco.
- Coloque una bolsa de hielo sobre el lateral de la cara en intervalos de 15-20 minutos durante las próximas 24 horas. No aplique hielo mientras duerme.
- Transcurridas 48 horas, cambie el hielo por calor suave.
- Si lleva dentadura postiza o prótesis, no la retire, ya que ayuda a reducir la inflamación.

### DOLOR:

- Es habitual que el dolor aumente durante los primeros días, siendo más intenso en los días 2 y 3.
- Comience a tomar ibuprofeno o paracetamol entre 4 y 6 horas después de la intervención. Repita la dosis cada 6 horas durante los próximos 3 o 4 días. Esto le ayudará a controlar tanto el dolor como la inflamación.
- Si el dolor es más fuerte, puede añadir el analgésico narcótico alternando con el ibuprofeno o paracetamol.
- No tome ibuprofeno/paracetamol y el analgésico narcótico al mismo tiempo, ya que esto puede causarle malestar. Alterne ambos medicamentos cada 3 horas. Tome siempre la medicación con alimentos, ya que tomarlos con el estómago vacío puede sentarle mal.
- No conduzca ni maneje maquinaria mientras esté tomando el analgésico narcótico.
- Siga el tratamiento para el dolor tal y como le haya sido indicado. Es mejor adelantarse al dolor que intentar aliviarlo después.

### ALIMENTACIÓN:

- El día de la intervención, toma alimentos fríos y blandos, como natillas, batidos, compota de manzana, yogur, etc.
- Si tienes un lado de la boca donde no se realizó cirugía, mastica por ese lado tanto como puedas durante **seis (6) semanas**.
- Bebe toda el agua y líquidos claros que puedas, pero evita usar pajita durante 14 días.
- Mantén una dieta blanda durante las próximas **seis (6) semanas**. Sopas templadas, puré de patatas, yogur, natillas, batidos, etc. Mantén una ingesta adecuada de calorías para favorecer la recuperación. Las bebidas tipo Boost, Ensure o Carnation Instant Breakfast también son nutritivas y te ayudarán a mantener tu energía.
- Evita alimentos o bebidas calientes en las primeras 24 horas, ya que pueden aumentar el sangrado o provocar quemaduras si la boca está adormecida.
- No tomes frutos secos, semillas, palomitas ni alimentos duros o crujientes durante las próximas tres semanas.
- No fumes.
- No consumas bebidas alcohólicas durante las 24 horas posteriores a la cirugía ni mientras estés tomando analgésicos.

### HIGIENE ORAL:

- No toques la zona intervenida durante el día de hoy. No enjuagues la boca ni te cepilles los dientes hoy.
- A partir del día siguiente a la cirugía, limpia suavemente con los bastoncillos proporcionados y enjuágate con el colutorio antibacteriano PerioScience, de 3 a 4 veces al día durante una semana.
- Desde el día siguiente, cepilla con cuidado los dientes cercanos a la zona de la intervención, a menos que el doctor indique lo contrario.
- No enjuagues, hagas gárgaras ni escupas enérgicamente durante la próxima semana.

**SI SE TE HA RECETADO UN ANTIBIÓTICO, ASEGÚRATE DE TOMARLO SEGÚN LAS INDICACIONES HASTA TERMINARLO**

Si tienes alguna duda fuera del horario habitual, llama al Dr. Antoine al 636-248-0197.  
Para consultas durante el día, por favor llama a la clínica al 775-447-1191