



PEAK PERIODONTICS & IMPLANTS

SUPPORTING THE SMILE THAT SUPPORTS YOU

Nathan Antoine DMD, MS

Instrucciones postoperatorias para cirugía ósea

ACTIVIDAD:

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

SANGRADO:

- Es normal que exista algo de sangrado leve o exudado en la zona intervenida. La sangre puede mezclarse con la saliva y parecer que hay más cantidad de la que realmente existe.
- Se le entregará gasa estéril para usar en casa. Si la zona sigue sangrando, utilice una gasa nueva. Humedézcala con agua fría y mantenga una presión suave. Asegúrese de colocar la gasa directamente sobre el área de la cirugía. Revise el sangrado cada hora; si ha cesado, no es necesario colocar más gasa. Muérdala SUAVEMENTE para mantener la presión.

PUNTOS DE SUTURA:

- Es posible que tenga puntos de sutura, los cuales se caerán solos en un plazo de 7 a 14 días.
- Si los puntos son de color morado, tardarán más tiempo en disolverse. Deberá acudir a una cita de revisión para que le retiren este tipo de sutura.
- No manipule ni tire de nada en la boca; si los puntos le resultan molestos, llame a la consulta.

HINCHAZÓN:

- Es normal notar hinchazón durante los próximos 3 o 4 días. La inflamación suele ser más intensa en los días 2 y 3, pero irá mejorando poco a poco.
- Aplique una bolsa de hielo en la zona de la cara afectada en intervalos de 15 a 20 minutos durante las próximas 24 horas. No utilice hielo mientras duerme.
- Pasadas 48 horas, cambie el frío por calor suave.
- Si lleva prótesis o dentadura, no la retire, ya que ayuda a disminuir la hinchazón.

DOLOR:

- Es habitual que el dolor aumente un poco en los días siguientes, siendo más molesto sobre todo el segundo y el tercer día.
- Comience a tomar Ibuprofeno o Paracetamol entre 4 y 6 horas después de la cirugía. Repita la toma cada 6 horas durante los próximos 3 o 4 días para controlar tanto el dolor como la inflamación.
- Si el dolor es más intenso, puede añadir el analgésico narcótico entre las dosis de Ibuprofeno o Paracetamol.
- No tome el analgésico narcótico junto con el Ibuprofeno o Paracetamol, ya que esto puede provocar malestar. Debe alternar ambos medicamentos cada 3 horas. Tome siempre la medicación junto con comida; tomarla en ayunas puede provocarle náuseas.
- No conduzca ni maneje maquinaria si está tomando analgésicos narcóticos.
- Siga siempre la pauta de medicación indicada. Es más eficaz prevenir el dolor que esperar a que aparezca.

DIETA:

- El día de la cirugía, toma alimentos fríos y blandos (como natillas, batidos, compota de manzana, yogur, etc.).
- Si tienes un lado de la boca que no fue intervenido, mastica por ese lado todo lo posible durante **seis (6) semanas**.
- Bebe la mayor cantidad posible de líquidos claros y agua, pero evita usar pajitas durante 14 días.
- Mantén una dieta blanda durante las próximas **seis (6) semanas**. Sopas templadas, puré de patatas, yogur, natillas, batidos, etc. Mantén un buen aporte calórico para favorecer la recuperación. Boost, Ensure o Carnation Instant Breakfast son opciones nutritivas que también te ayudarán a mantener la energía.
- Evita los alimentos o bebidas calientes durante las primeras 24 horas, ya que pueden aumentar el sangrado y provocar quemaduras si tu boca está adormecida.
- No consumas frutos secos, semillas, palomitas ni alimentos duros o crujientes durante las próximas tres semanas.
- No fumes.
- No tomes bebidas alcohólicas en las 24 horas posteriores a la cirugía ni mientras estés tomando analgésicos.
- La sensibilidad al frío o calor es habitual. Por favor, avísanos y te recetaremos una pasta dentífrica desensibilizante.

HIGIENE ORAL:

- No alteres la zona quirúrgica 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 el enjuague bucal antibacteriano recetado, 3 a 4 veces al día durante las próximas dos (2) semanas. Tras dos semanas, comienza a usar un cepillo de cerdas suaves. Pasadas 4 semanas, puedes retomar tu rutina habitual de higiene oral.
- Desde el día siguiente a la intervención, cepilla suavemente los dientes cercanos a la zona quirúrgica, teniendo especial cuidado, salvo indicación contraria del doctor.
- No enjuagues, hagas buches ni escupas enérgicamente durante la próxima semana.
- Los espacios entre los dientes serán más amplios y requerirán herramientas específicas como cepillos interdetales o irrigadores. Hablaremos sobre su uso en tu próxima cita de mantenimiento periodontal.

SI TE HAN RECETADO ANTIBIÓTICOS, ASEGÚRATE DE TOMARLOS TAL COMO SE INDICA HASTA COMPLETAR EL TRATAMIENTO

Si surge alguna duda fuera del horario, llama al Dr. Antoine al 636-248-0197.
Durante el horario de oficina, por favor contacta al 775-447-1191