

# **Longmont Periodontics**

***Dr. Annika Van der Werf, DDS, MS***

## **Instrucciones Postoperatorias**

Por favor, siga estas instrucciones durante las próximas 2 semanas para permitir una adecuada cicatrización después del procedimiento. Puede experimentar hinchazón en el área quirúrgica y en el sitio de la inyección. Por favor, use una compresa fría de manera intermitente durante los primeros 3 días (15 minutos puesta y 15 minutos retirada) en el exterior de la cara. El punto máximo de molestia/hinchazón ocurre entre los días 3 y 4 mientras el cuerpo comienza a sanar. Si presenta hinchazón en el día 4, cambie a una compresa tibia.

### **Medicamentos:**

- **Antibiótico:** Tómelo de acuerdo con las instrucciones proporcionadas.
- **Para el dolor:** El ibuprofeno de venta libre (600 mg) y el Tylenol (acetaminofén 500 mg) ayudarán a controlar la incomodidad y la inflamación. Por favor, tómelos durante los primeros tres días comenzando el mismo día del procedimiento.

**\*\*Si puede tomar tanto ibuprofeno como Tylenol, tómelos juntos cada 6 a 8 horas durante los primeros tres días.\*\***

### **Dieta:**

- Mantenga una dieta de alimentos blandos durante las próximas 2 semanas (si puede cortar el alimento con una cuchara, se considera blando). Ejemplos: pasta, yogur natural, plátano, avena, pescado, huevos y batidos de proteína.
- **No consuma:** Alimentos duros, crujientes o ácidos (como palomitas, papas fritas, nueces, cáscaras, semillas, tomates, pimientos, frutas cítricas).
- Evite alimentos calientes y picantes durante las primeras 24 horas.
- Beba abundante agua para mantenerse hidratado y ayudar en el proceso de cicatrización.
- Evite fumar o beber alcohol durante este periodo (ambos pueden retrasar la curación y disminuir la efectividad de los antibióticos).
- No use popotes (pitillos), no escupa ni haga enjuagues vigorosos durante este periodo. Esto puede provocar sangrado, que se suelten las suturas, una alveolitis seca o que se desplace el injerto óseo.

### **Sangrado:**

- Es normal que su saliva esté ligeramente teñida de sangre durante 24 a 48 horas. Use la gasa o la bolsita de té que le fue entregada, humedézcala con agua, enróllala y presione suavemente contra el área quirúrgica durante 30 minutos.
- Limite su actividad física durante los primeros tres días para ayudar a reducir el sangrado (el día del procedimiento cuenta como el día uno).

### **Cuidado Bucal:**

- Desde el mismo día del procedimiento, enjuáguese con agua tibia con sal después de cada comida para favorecer la cicatrización.
- Evite cepillarse directamente, usar hilo dental o Waterpik alrededor del sitio quirúrgico durante dos semanas.
- No tire de sus labios o mejillas para mirar el sitio quirúrgico.

Si se colocó un injerto óseo, es posible que sienta algunos gránulos adicionales de hueso. Está bien tragarlos o retirarlos cuidadosamente y desecharlos.

Si se colocó un apósito quirúrgico, tenga en cuenta que este puede desprenderse en cualquier momento. Puede permanecer en su lugar hasta su cita postoperatoria, donde lo retiraremos.

Algunas suturas son reabsorbibles y otras no. Si nota que algunas suturas se sueltan después de 3 a 5 días, esto es normal.

**Si tiene preguntas o inquietudes, comuníquese con la oficina al (303) 678-5253 o con la Dra. Van der Werf fuera del horario laboral al (970) 297-8817.**