EDISTO ORAL SURGERY

Eric Olendorf, DDS · Cirujano Oral y Maxilofacial Certificado

Paquete de Información para el Paciente

Todo lo que necesita para prepararse para la cirugía y recuperarse bien

01	**Antes de Su Cirugía** Recordatorios del día de la cirugía y lista de preparación	2
02	**Instrucciones Prequirúrgicas** Preparación para la anestesia, sus responsabilidades y qué esperar	3
03	**Su Recuperación de un Vistazo** Cronograma día a día de las primeras dos semanas	5
04	**Después de una Extracción Dental** Instrucciones postoperatorias	6
05	**Después de un Injerto Óseo** Cómo proteger su injerto mientras sana	7
06	**Alimentación Durante la Recuperación** Alimentos sugeridos, consejos rápidos y alimentos que debe evitar	8
07	**Cuándo Llamarnos** Preguntas, inquietudes y notas de su doctor	9

1175 Cook Road, Suite 125 · Orangeburg, SC 29118
Teléfono (803) 534-5444 · Fax (803) 531-3668 · www.edistooralsurgery.com

SECCIÓN 01

Antes de Su Cirugía

Gracias por elegir Edisto Oral Surgery. Un poco de preparación hace que la cirugía sea más tranquila y la recuperación más fácil.

POR FAVOR LEA CON ATENCIÓN

No podremos realizar su cirugía en la fecha programada si:

1. Usted ha ingerido **cualquier alimento o bebida, incluida el agua, después de la medianoche** de la noche anterior a su cirugía.
2. Usted no tiene **un conductor y un vehículo disponibles en todo momento** durante su visita. Su acompañante debe esperar en la sala de recepción, con el vehículo en las instalaciones, durante toda la cirugía. No se pueden usar servicios de transporte compartido (Uber, Lyft).
3. Usted es **menor de edad** y su formulario de consentimiento no ha sido firmado por uno de sus padres o su tutor legal.
4. Sus **acuerdos financieros** no se han completado en recepción **antes** de su cirugía.

Su Lista de Preparación

Use esta lista en los días previos a su cita. Cada punto se explica con más detalle en las páginas siguientes.

- ☐ **5 DÍAS ANTES**
  Suspenda la aspirina (consulte primero a su médico si la toma regularmente)
- ☐ **2 DÍAS ANTES**
  Suspenda el ibuprofeno (Motrin, Advil, etc.)
- ☐ **24 HORAS ANTES**
  Ninguna bebida alcohólica
- ☐ **DESPUÉS DE LA MEDIANOCHE**
  Nada de comer ni beber, ni siquiera agua
- ☐ **ORGANICE**
  Un adulto responsable como acompañante con vehículo propio, y alguien que se quede con usted después
- ☐ **ORGANICE**
  Cuidado de los niños por el resto del día, si es necesario
- ☐ **PREPARE**
  Alimentos blandos y fríos, y bolsas pequeñas de hielo (las bolsas con cierre de tamaño snack funcionan bien)
- ☐ **QUÍTESE**
  Todo el esmalte de uñas, incluido el transparente, de gel y acrílico
- ☐ **EVITE**
  El maquillaje de ojos el día de la cirugía
- ☐ **USE**
  Una camisa holgada de manga corta
- ☐ **TRAIGA**
  Un estuche para lentes de contacto (deben quitarse)
- ☐ **COMPLETE**
  Los acuerdos financieros y, para menores, el formulario de consentimiento firmado

Gracias de antemano por ayudarnos a que esta experiencia sea lo más agradable posible.

SECCIÓN 02

Instrucciones Prequirúrgicas

Seguir estas instrucciones lo mejor posible ayuda a lograr una recuperación rápida y cómoda.

Antes de Su Cita de Cirugía

A. **Descanse bien.** Muchos pacientes se sienten nerviosos antes de la cirugía. Trate de dormir lo suficiente la noche anterior a su cita. Si recibirá anestesia general, tenga la seguridad de que estará relajado durante el procedimiento.

B. **Ayuno.** No coma ni beba nada, incluidos agua u otros líquidos, durante las ocho (8) horas previas a su cita si recibirá anestesia general (IVGA), y no consuma bebidas alcohólicas durante las 24 horas previas a la sedación. A la mayoría de los pacientes quirúrgicos les pedimos que **no coman ni beban nada después de la medianoche de la noche anterior a su cirugía.**

C. **Anticoagulantes. No tome aspirina durante los cinco (5) días previos a su cirugía.** No tome medicamentos tipo ibuprofeno (Motrin, Advil, etc.) durante los dos (2) días previos a la cirugía. Si toma aspirina con regularidad, hable con su médico antes de suspenderla.

D. **Los lentes de contacto** deben quitarse antes de la cirugía. Si los lleva puestos a la oficina, traiga un estuche adecuado. Los pacientes son responsables de sus propios lentes de contacto.

E. **Maquillaje y uñas.** No use maquillaje de ojos: tiende a desprenderse durante la cirugía y puede actuar como irritante. Quítese **todo el esmalte de las uñas de las manos, incluido el transparente, el de gel y el acrílico**, ya que puede interferir con la medición del nivel de oxígeno durante la cirugía.

F. **Ropa.** Use una camisa o blusa holgada de manga corta para que podamos tomar fácilmente su presión arterial y usar un monitor cardíaco.

Sus Responsabilidades

A. **Se requiere un acompañante.** Si recibirá anestesia general (IVGA), un adulto responsable debe acompañarlo. **Su acompañante debe permanecer en la oficina durante la cirugía y llevarlo a casa después.** Su acompañante no puede dejarlo y retirarse de las instalaciones; no podemos proceder si su persona responsable no está presente en todo momento.

B. **No conduzca durante 24 horas.** No conduzca, no opere maquinaria peligrosa ni use aparatos que requieran buena coordinación de manos y ojos, ya que estará afectada durante 24 horas.

C. **Menores de edad.** Los pacientes menores de 18 años **deben** ir acompañados a la oficina por uno de sus padres o su tutor legal.

D. **Planifique ayuda en casa.** Alguien debe quedarse con usted después de la cirugía. Si tiene niños, asegúrese de que haya otro adulto en casa, ya que no podrá supervisarlos adecuadamente. Posponga las tareas importantes o complicadas y las decisiones que requieran buen juicio durante el resto del día.

E. **Prepare bolsas de hielo.** Las bolsas pequeñas de hielo (las bolsas con cierre de tamaño snack funcionan bien) ayudan mucho después de la cirugía. Usar hielo cerca de la zona operada reduce mucho la hinchazón.

F. **No fume durante al menos siete días después de la cirugía.** Fumar es un irritante muy fuerte y disminuye el riego sanguíneo de la zona que sana, lo que aumenta mucho el riesgo de infección y de alvéolo seco.

G. **No consuma alcohol** durante las 24 horas anteriores y posteriores a su cita, ni nunca mientras tome analgésicos narcóticos.

Qué Esperar Después de la Cirugía

A. **La recuperación toma tiempo.** La mayoría de los procedimientos de cirugía oral, como la extracción de muelas del juicio, requieren varios días, posiblemente una semana o más, para una recuperación completa.

B. **La hinchazón es normal.** La mayoría de los pacientes puede esperar algo de hinchazón facial. Es posible que aparezcan moretones y que le cueste abrir bien la boca.

C. **Puntos de sutura.** Si se colocan suturas, normalmente son de las que se disuelven solas en 7 a 10 días.

D. **Náuseas.** Los anestésicos y los analgésicos pueden causar náuseas en algunos pacientes. Si esto ocurre, siga una dieta líquida suave por un día aproximadamente hasta que pase y llámenos para que el doctor pueda cambiar su medicamento para el dolor.

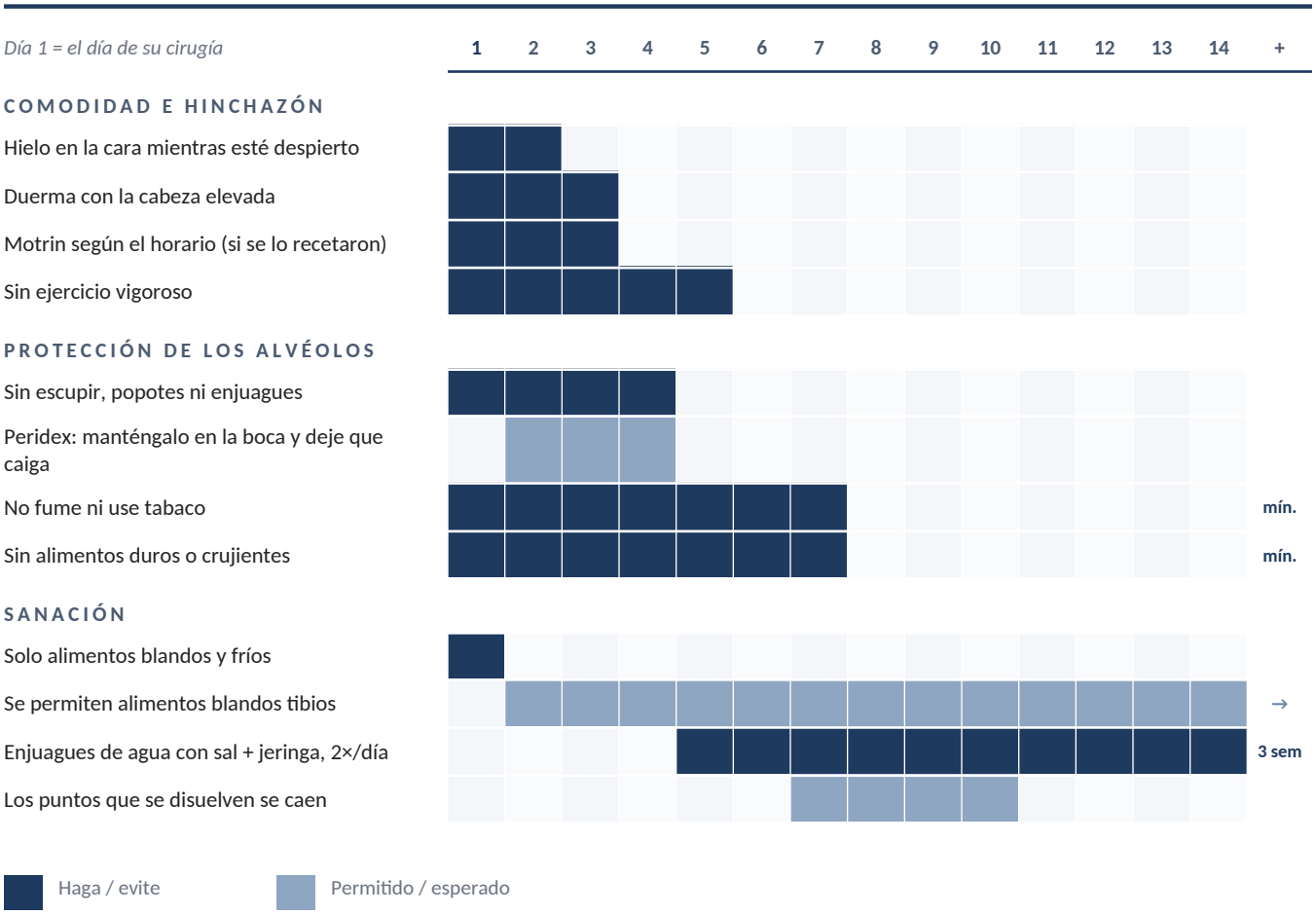
¿Preguntas antes de su cirugía?

Nuestro equipo con gusto le ayudará. Llámenos al (803) 534-5444.

SECCIÓN 03

Su Recuperación de un Vistazo

Una vista día a día de sus primeras dos semanas después de una extracción. Los detalles de cada punto están en la página siguiente.



¿Le hicieron un injerto óseo?

Su injerto necesita protección por más tiempo: **no escupa, haga gárgaras ni use popotes durante 4 semanas**, no se cepille sobre la zona del injerto durante 4 semanas y coma alimentos blandos durante al menos 4 semanas o hasta que su cirujano le indique otra cosa. Vea la página 7.

La primera noche

- Quítese la gasa **1 hora después de llegar a casa**. Colóquela de nuevo solo si el sangrado es abundante.
- Mantenga hielo en la cara mientras esté despierto.
- Coma algo frío y blando antes de tomar cualquier medicamento.
- Tomar su analgésico antes de acostarse le ayuda a descansar bien.
- Quítese toda la gasa antes de dormir.

SECCIÓN 04

Después de una Extracción Dental

Qué Comer

1. Durante el **primer día**, coma solo alimentos blandos, fríos y cremosos: yogur, pudín, gelatina, helado, malteadas y licuados de fruta (sin semillas).
2. A partir del **segundo día**, puede comer alimentos blandos más tibios, como huevos revueltos, puré de papas, sopas, pasta y verduras blandas.
3. Evite los fritos, papitas, cacahuates, panes crujientes, cereales, palomitas de maíz y arroz durante **al menos 7 días**, o hasta que su cirujano le indique que puede comerlos.

Cómo Prevenir el Alvéolo Seco

1. **No** escupa ni beba con popote durante 4 días.
2. **No** se enjuague la boca con agua ni con ningún enjuague bucal durante 4 días.
3. **No** toque ni moleste los alvéolos ni corte ningún punto de sutura.
4. **NO FUME NI USE TABACO DURANTE 7 DÍAS.**

Higiene Oral

1. Vuelva a cepillarse **el día siguiente a la cirugía**, pero evite cepillar directamente sobre las zonas operadas.
2. Si le recetaron **Peridex**, comience a usarlo el día siguiente a la cirugía: solo manténgalo en la boca y luego déjelo caer. No haga gárgaras, no lo agite ni lo escupa hasta el 5.° día.
3. Comience con **enjuagues de agua tibia con sal el 5.° día** (¼ de cucharadita de sal en un vaso de agua tibia). Use la jeringa que le dimos para irrigar los alvéolos inferiores dos veces al día durante 3 semanas, o hasta que los orificios se cierren.

Cómo Prevenir la Hinchazón

1. Mantenga hielo en la cara durante los **primeros 2 días** mientras esté despierto.
2. Duerma con la cabeza elevada sobre una almohada, o descanse en un sillón reclinable, durante los **primeros 3 días**.
3. Sin ejercicio vigoroso ni actividad extenuante durante **5 días**.

Cómo Controlar el Sangrado

1. Quítese la gasa **1 hora después de llegar a casa**.
2. Si el sangrado parece abundante, coloque gasa limpia sobre la zona, siéntese derecho en una silla y muerda con firmeza durante 1 hora. Si el sangrado ha disminuido, no necesita reemplazar la gasa.
3. Quítese la gasa antes de dormir.
4. No vuelva a colocar la gasa después del primer día.

Cómo Tomar Sus Medicamentos

1. Trate de no tomar medicamentos con el estómago vacío; siempre coma algo primero.
2. Si le recetaron **Motrin**, tómelo según las indicaciones durante los primeros 3 días y después solo si lo necesita. Tómelo con o después de las comidas.
3. Si le recetaron un **antibiótico**, tómelo según las indicaciones hasta terminarlo por completo.
4. Tome el **analgésico narcótico** solo cuando lo necesite para el dolor; tomado de forma continua, puede causar náuseas y vómitos. Tomarlo antes de acostarse le ayuda a descansar bien.

Nunca conduzca ni opere maquinaria pesada mientras tome analgésicos narcóticos. Es la ley: se le considerará conduciendo bajo los efectos (DUI) si maneja un vehículo.

SECCIÓN 05

Después de un Injerto Óseo

Un injerto óseo necesita tiempo sin perturbaciones para integrarse. La mayoría de estas precauciones duran cuatro semanas.

Cómo Proteger Su Injerto

- **No** haga gárgaras, escupa ni use popote durante **4 semanas**.
- **No** toque ni moleste el injerto con el cepillo de dientes, un palillo ni la lengua.
- Vuelva a cepillarse el día siguiente a la cirugía, pero **no** cepille sobre la zona operada durante **4 semanas**.
- **Para evitar escupir**, cepíllese con enjuague bucal sin alcohol diluido mitad y mitad con agua. Limpia los dientes sin necesidad de enjuagarse después.
- Si le recetaron **Peridex**, comience a usarlo el día siguiente a la cirugía: manténgalo en la boca y luego déjelo caer. **No haga gárgaras con él.**
- **No** mastique del lado del injerto durante al menos **2 semanas**.
- **No** corte usted mismo ningún punto suelto o colgante.
- **No fume ni use ningún tipo de tabaco en ningún momento.**

Cómo Tomar Sus Medicamentos

- Siga las mismas instrucciones que para las extracciones (página 6): coma antes de tomar medicamentos, tome Motrin según las indicaciones durante 3 días, termine todos los antibióticos y use el analgésico narcótico solo cuando lo necesite.
- **Nunca conduzca ni opere maquinaria pesada mientras tome medicamentos narcóticos.**

Qué Comer

- Durante el **primer día**, coma alimentos blandos, fríos y cremosos: yogur, pudín, gelatina, helado, malteadas, licuados.
- A partir del **segundo día**, los alimentos blandos más tibios, como puré de papas, pasta, sopas, huevos revueltos o verduras blandas, están bien.
- Mastique del lado **opuesto** a su cirugía siempre que sea posible.
- Continúe con alimentos blandos y evite fritos, papitas, panes crujientes, cereales y palomitas de maíz durante **al menos 4 semanas**, o hasta que su cirujano le indique que puede.

Cómo Prevenir la Hinchazón

- Mantenga hielo en la cara durante los **primeros 2 días** mientras esté despierto.
- Duerma con la cabeza elevada durante los **primeros 3 días**.
- Sin ejercicio vigoroso ni actividad extenuante durante **5 días**.

Cómo Controlar el Sangrado

- Quítese la gasa **1 hora después de llegar a casa**.
- Si el sangrado parece abundante en cualquier momento, coloque gasa limpia sobre la zona, siéntese derecho y muerda durante 1 hora.
- Evite quitar y poner la gasa repetidamente y retírela antes de dormir.
- No vuelva a colocar la gasa después del primer día.

¿Placa removible o aparato temporal?

No puede tocar las encías alrededor de la zona operada. Por favor, pídale a su cirujano que lo revise antes de usarlo después de la cirugía.

SECCIÓN 06

Alimentación Durante la Recuperación

Una buena nutrición acelera la sanación. Abastézcase de algunos de estos alimentos antes del día de su cirugía.

Puré de manzana Cueza las manzanas hasta que estén tiernas y lícuelas, o compre puré ya preparado. También sirven los duraznos y chabacanos.

Aguacate Machacado solo o mezclado a su gusto.

Plátanos Macháquelos bien; cómalos con yogur o un poco de leche.

Caldo De pollo, res o verduras: una opción salada y reconfortante.

Cazuelas Blandas, bien cocidas y con bastante líquido.

Cheesecake Suave; puede darse un gusto durante la recuperación.

Requesón Solo o mezclado con verduras blandas.

Flan o natilla Casero o comprado.

Huevos Revueltos o pochados, con queso suave derretido.

Pescado Atún suave o pescado al horno.

Helado O yogur helado; evite sabores con semillas o nueces.

Gelatina Suave y fácil de comer.

Jugo De frutas o verduras frescas, o un jugo con vitaminas.

Macarrones con queso Bien cocidos y blandos.

Puré de papas Licúe o macháquelo hasta que no queden grumos.

Pastel de carne / albóndigas Machacados un poco para masticar menos.

Fideos y pasta Pasta pequeña o plana y blanda que requiera poca masticación.

Avena Agregue miel, jarabe o plátano machacado.

Pudín De chocolate o de fruta.

Ramen Una sopa rápida y fácil de fideos con caldo.

Sorbete Un postre helado que alivia.

Licuados Licúe fruta fresca sin semillas, leche y helado.

Sopa De tomate o calabaza: sabrosa y fácil de beber.

Espinacas En crema o en puré.

Estofado Estofado de verduras cocido a fuego lento: blando y sabroso.

Pan dulce Donas suaves, muffins o cupcakes.

Té El tanino del té ayuda a reducir el sangrado. Helado o tibio durante los primeros días, no caliente.

Tofu Machacado o en cubos, con salsa de soya u otro sabor.

Verduras Macháque o licúe calabaza, papa, coliflor o calabacín.

Yogur Evite sabores con semillas, como las moras o el maracuyá.

Consejos Rápidos

- Prefiera los alimentos saludables a los azucarados.
- Tenga los ingredientes en casa con anticipación.
- Use solo fruta sin semillas.
- Los licuados y sopas verdes aportan verduras y fibra y ayudan a regular la digestión.

Alimentos que Debe Evitar

- Semillas: pueden quedar atrapadas en la herida y causar infección
- Granos de pimienta y otras especias gruesas
- Alimentos picantes
- Papitas y palomitas de maíz
- Cualquier cosa que requiera mucha masticación

SECCIÓN 07

Cuándo Llamarnos

Algo de molestia, hinchazón y supuración es parte normal de la sanación. Por favor, llámenos si algo no le parece bien.

LLAME A EDISTO ORAL SURGERY

(803) 534-5444

1175 Cook Road, Suite 125, Orangeburg, SC 29118

Por favor, llame si tiene:

- Sangrado que no disminuye después de morder con firmeza gasa limpia durante una hora sentado derecho
- Hinchazón que aumenta después del tercer día, o fiebre
- Dolor que empeora en lugar de mejorar después de los primeros días
- Náuseas o vómitos que le impiden tomar líquidos o sus medicamentos
- Sarpullido, comezón u otros signos de reacción a un medicamento
- Cualquier pregunta sobre sus instrucciones o su recuperación

Si tiene dificultad para respirar o tragar, o cualquier emergencia que ponga en peligro la vida, llame al 911.

Recomendaciones del Doctor