

INSTRUCCIONES POSTOPERATORIAS DE LAS MUELAS DEL JUICIO

- No se enjuague la boca, ni escupa durante 24 horas. Después de que hayan pasado 24 horas, comience cepillarse los dientes (evitando los sitios de extracción) y debe enjuagarse la boca ligeramente con el enjuague recetado o con agua salada tibia. Evite enjuagar vigorosamente durante 72 horas.
- No beba con popote, no fume ni tome bebidas carbonatadas durante 3 días.
- No levante objetos pesados, ni empuje, ni jale durante 7 días después de las extracciones.
- La hinchazón y los moretones son normales. Aplique bolsas de hielo de vez en cuando y mantenga la cabeza ligeramente elevada durante las primeras 24 a 48 horas para ayudar a limitar la hinchazón.
- Al empezar a sangrar, aplique presión con una gasa limpia directamente en el área de su boca que está sangrando, cambiando la gasa cada 30-45 minutos. Lo mejor es una presión constante, consciente, firme y directa durante al menos 30 minutos seguidos. Cuando el sangrado disminuye, humedezca ligeramente la gasa antes de colocarla.
- Cuando el sangrado se haya detenido o sea mínimo, asegúrese de mantenerse **HIDRATADO**. Beba mucha agua, Gatorade, té, jugo, Vitamin Water (pero no use popotes, ni tome bebidas carbonatadas). Si puedes tomar café, pero no demasiado caliente. Manténgase lo más inactivo posible después de regresar a casa después de la cirugía. Cuanto más activo sea, más sangrado experimentará.
- Si se colocaron suturas/puntos dentro de su boca, se disolverán por sí solos en aproximadamente 10 días.

DIETA

- El día DE la cirugía, coma alimentos que no se mastican (pure de manzana, gelatina, caldos, helado, pure de papas, crema de trigo, pudín, comida para bebés, bebidas Ensure/Boost, etc.).
- A partir del día POSTERIOR a la cirugía, comience a disminuir de una dieta de "masticación suave" (panqueques, huevos, macarones con queso, espaguetis, pasta, enchiladas, sopas sin arroz, vegetales cocidos suaves, avena, tamales, panecillos, etc.). Continuar esta dieta durante 5 días.

A partir de los 5 días posteriores a su cirugía, comience a usar la jeringa de irrigación para expulsar cualquier sico de extracción inferior. Llenar la jeringa con una mezcla de agua salada tibia y usar la jeringa para limpiar los sitios de extracción, eliminando los restos de comida. Una vez que se le permita comenzar a usar la jeringa de lavado, puede comer lo que le resulte cómodo, siempre y cuando enjuague las áreas para sacar todos los restos de comida todos los días. Puede enjuagar las áreas después de cada comida, o simplemente puede hacer un enjuague muy completo justo antes de acostarse todas las noches. Lo importante es que debe recordar esperar 5 días completos antes de realizar el primer lavado.

RECETAS

Lo más probable es que le hayan recetado un medicamento para el dolor, o posiblemente le hayan indicado que tome ibuprofeno, o una combinación de los dos.

- Cuando salga de la clínica después de la cirugía, su boca estará adormecida durante al menos 2-3 horas.
- Recomendamos comer y comenzar a tomar su medicamento para el dolor antes de que desaparezca el entumecimiento, de modo que este a la vanguardia del juego. Tomar medicamentos para el dolor sin alimentos puede causar náuseas.
- Si le recetaron un medicamento contra las náuseas, comience a tomarlo TAN PRONTO COMO comience a sentir CUALQUIER náusea. Tomar solo si es necesario.
- Si no le recetaron un medicamento contra las náuseas y comienza a tener náuseas, DEJE de comer/beber cualquier producto lácteo y vuelva a nuestra clínica.
- Si tiene náuseas y no puede llegar a su farmacia, Benadryl (de venta libre) puede ser útil.

Si le recetaron antibióticos, comience a tomarlos la mañana siguiente a la cirugía, a menos que le indiquen lo contrario. Lo mejor es tomar los antibióticos con alimentos.

Si tiene alguna pregunta o preocupación, llame a nuestra clínica al (205) 900-WISE. & somos disponibles 24-7. Si necesita llamar fuera del horario de atención, se comunicará con nuestro servicio de contestador. Díganos que tiene una pregunta o preocupación y lo conectarán con uno de nuestros técnicos de cirugía.