



Instrucciones post-operatorias: fractura y cirugía de mandíbula

Es importante que sus mandíbulas permanezcan juntas y el movimiento sea evitado para permitir la cura normal. Evite intentar mover sus mandíbulas o jugar con las gomas del alambre, etc.—esto las aflojara o romperá. Si los alambres o los elástico se convierten aflojan o se rompen, notifique nuestra oficina; inecisitan ser substituidos o ser apretados!

Hay varias cosas que usted no debe hacer cuando su mandíbula está atada con alambre:

- No debe estar en agua más profunda que su cintura! No participe en la natación.
- Ningunas bebidas alcohólicas—ningunas medicaciones o drogas que pueden hacer que se sienta soñoliento o amodorrado.
- Ningún deporte o actividad de contacto que puede causar cualquier tipo de lesión a la cara.

Hinchazón

El hielo se puede aplicar a la parte baja de la cara por los primeros 1-2 días. Después de 3-4 días, el calor puede ser beneficioso para disminuir la hinchazón. Un cojín de calefacción, una botella con agua caliente, o un paño con agua caliente pueden ser utilizados. Tenga cuidado, se no queme la piel.

El hinchamiento típicamente lleva 10-14 días. Después de los primeros días, el hinchamiento debe comenzar a disminuir. Si usted nota un aumento en la hinchazón después de este plazo, puede indicar una infección u otro problema, y usted debe entrar en contacto con nuestra oficina.

Dolor

Inicialmente usted puede tener dolor. Toma la medicación prescrita según las necesidades. Asegúrese de que tenga algún tipo de comida o una bebida en su sistema antes de tomar su medicación para el dolor, como puede causar náusea. No intente mover o abrir sus mandíbulas. Esta acción aumenta solamente el dolor, puede retrasar la cura, y puede causar espasmos en sus músculos de la mandíbula. Un anti-inflamatorio no-esteroidal (tal como ibuprofeno, Advil®, Motrin®, o Aleve®) se puede tomar junto con su medicación de la prescripción si es necesario para el dolor.

Náusea y vomito

Evite todas las bebidas alcohólicas y cualquier comida que puede hacer que su estómago se sienta mal. Permanezca hidratado y evite tomar la medicina para el dolor con un estómago vacío. Si usted experimenta náusea, usted puede utilizar Dramamine® sin receta según lo dirigido en la botella. Si náuseas persisten, por favor entre en contacto con nuestra oficina. La medicina de anti-náusea puede ser prescrita si náuseas persisten.

Si usted se siente que se va a vomitar:

- Agáchese para adelante o ruede sobre su lado.
- Ponga su dedo dentro de su mejilla junto a los dientes y tire de su mejilla hacia fuera.
- Recuerde que todo lo que usted está admitiendo es líquido. Si sale cualquier cosa, será líquido también—el contenido del estómago puede escaparse alrededor de los dientes y saldrá de su nariz y boca. No se recomienda que usted intenta cortar sus alambres o los elásticos cuando usted piensa que se va a vomitar.



Instrucciones post-operatorias: fractura y cirugía de mandíbula (Cont.)

Medicamento

Usted puede ser prescrito varias medicaciones dependiendo de la naturaleza de su cirugía. Si le han dado una prescripción para un medicamento, por favor llénala y siga las instrucciones en la botella. Si se prescriben antibióticos, es importante tomarlos según lo prescrito hasta que se terminen.

Todo lo posible será hecho para dar todas las medicinas en la forma líquida; sin embargo, algunas medicaciones no están disponibles en la forma líquida, así que puede ser necesario machucar píldoras (colocando las píldoras entre dos cucharas es una manera fácil de lograr esto) y disolver su medicina en jugo o mezclarse con la compota de manzanas.

Actividades

Evite la actividad vigorosa que causa que usted apreté sus mandíbulas u lo deja con un cortocircuito de respiración. No se permite ningunos deportes de natación o de contacto. Usted puede bañarse o regar y lavarse el pelo.

Dieta

Ya que sus mandíbulas se pueden ligar con elásticos, usted requerirá lo que se llama una dieta fluida equilibrada (hecha puré en una licuadora). Es esencial que su cuerpo reciba los líquidos y el alimento adecuado para mantener su situación alimenticia y para promoverla la cura. No es inusual perder 5-10 libras durante la primera semana después de la cirugía—esto es casi todo peso de agua. Usted puede perder 5-10% de su peso normal mientras que estén atadas con alambre las mandíbulas. Le limitarán a una dieta líquida hasta que sus mandíbulas ya no estén atadas. Es especialmente importante beber las cantidades adecuadas de líquidos, 3-4 litros por día. Usted puede comprar suplementos de alimentación líquidos (tales como Ensure® o Boost®) en tiendas o farmacias.

En vez de comer las 3 comidas al día, coma comidas pequeñas más frecuente para aumentar la toma calórica y alimenticia. Inicialmente, usted encontrará más fácil utilizar la jeringuilla plástica para arrojar a chorros el líquido dentro de su mejilla a la parte posterior de su boca—cuando sea cómodo, usted puede utilizar una paja o beber de un vaso. La comida extremadamente caliente o fría puede ser incómoda para comer, especialmente a través de una paja. Coma las comidas a la temperatura ambiente. No olvide añadir variedad a sus comidas. Experimente con diversas comidas y sabores.

Usted puede comer cualquier cosa que se puede enrarecer en forma líquida. Las comidas pueden ser mezcladas hasta que sean lisas. Si la comida es todavía aterronada, utilice un tamiz. La leche entera fría se puede utilizar para enrarecer los pudines, el yogur, el cereal, los sándwiches, el helado, y las tortas. La leche entera tibia se puede utilizar para enrarecer el queso, los huevos, pan tostado, el cereal caliente, los molletes, las pastas, los platos principales calientes, y las cazuelas. El zumo de fruta se puede utilizar para enrarecer la fruta, el yogur, y el helado.

Higiene oral

Es muy importante mantener su boca limpia, especialmente si usted tiene heridas dentro de la boca que son curativas. Aclare vigorosamente con agua del grifo tibia después de cada comida o bocadillo—una jeringuilla con una extremidad plástica curvada ayuda a arrojar chorros de agua en áreas difíciles de alcanzar. Cepille a fondo después de comidas



Instrucciones post-operatorias: fractura y cirugía de mandíbula (Cont.)

y antes de acostarse con un cepillo de dientes suave niño-clasificado. Utilice la aclaración de boca de prescripción (Peridex™, también conocido como chlorhexidine) o Listerine® dos veces al día—por 1-2 minutos con 1 cuchara, después escupa. Usando un Waterpik® es excelente para limpiar pero no se debe utilizar por lo menos durante 2 semanas si usted tiene heridas quirúrgicas dentro de la boca. Usted debe hacer esto afondo que sea posible. Usted no podrá cepillar los dientes al lado de la lengua con un cepillo. Los dientes al lado de la lengua se pueden cepillar moviendo la lengua a través de ellos mientras que usa una aclaración de boca.

Alambres agudos o puntos dolorosos

Utilice la cera para cubrir los alambres o los ganchos que pueden causar malestar, tal como empujando en sus mejillas, los labios, o las gomas. Haga esto usando un pedazo muy pequeño para cubrir el alambre o el gancho en el sitio del malestar. Quite la cera antes de cepillar los dientes y de comer o de beber.

Cuidado de las incisiones de piel

Dependiendo del tipo de cirugía, pudo haber sido necesario hacer una incisión en su piel o reparar las laceraciones o las heridas asociadas con su lesión. El cuidado de estas heridas es importante para prevenir la infección y minimizar una cicatriz. Mantenga las heridas cubiertas con una preparación. Una vez que se quitan las puntadas, mantenga la herida limpia lavándola suavemente dos veces al día y aplicando un ungüento antibiótico tópico (Bacitracina, etc.).

Por los primeros 6 meses, evite la exposición excesiva del sol a su cicatriz — aplique el bloque del sol y lleve un sombrero.

Alambres y bandas de goma

¡No corte, no quite, no doble, ni tuerza los alambres! Si los alambres o los apoyos comienzan a irritar las mejillas o los labios, un pequeño pedazo de cera se puede poner sobre estas áreas agudas temporalmente. Señale estos puntos durante su visita siguiente de la oficina. El Vaseline® o la otras lubricantes del labio en comodidad.

Los alambres flojos pueden comprometer o retrasar la cura o resultar en la fractura curándose incorrectamente. ¡Llame la oficina si usted puede abrir su boca o mover sus mandíbulas!

Recuerde, los alambres o bandas de goma pueden ser estirados o rotos causando los problemas escritos arriba, o los dientes pueden ser aflojados y dañados. No intente lucharlos y abrirse o moverse la mandíbula. ¡Si usted necesita toser, estornudar, o bostezar, utilice su mano poniéndola debajo de su barbilla para evitar la tendencia de intentar abrir su boca!

Cuidado después de la operación

Las visitas frecuentes a la oficina y las radiografías postoperatorias periódicas son necesarias para asegurar la cura. Por favor llegue a todas sus citas programadas.

Si cualquier problema se presenta por ejemplo un desplazamiento de su mordedura, alambres flojos, fiebre, hinchazón excesiva, sangría, o vómito, llame nuestra oficina al (520) 745-2454.