

## Post-Operatorio: Extracciones Múltiples

Este vídeo cubrirá la información importante con respecto al cuidado post-operatorio apropiado para la extracción de múltiples dientes. Si le han programado para quitarle múltiples dientes, será importante seguir estas indicaciones. Generalmente los efectos secundarios de la cirugía oral son mínimos, así que no todas estas indicaciones aplican. Los procedimientos similares realizados a otras personas pueden dar resultados diferentes. La extracción de muchos dientes al mismo tiempo es muy diferente a la extracción de uno o dos dientes. Si se está insertando una dentadura, el hueso debe ser formado y alisado.

El cuidado de su boca es muy importante para una cicatrización apropiada. Las siguientes indicaciones acelerarán el proceso de curación y reducirán el dolor, la hinchazón y el sangrado.

Es muy importante que usted evita fumar por un mínimo de 5 días. Fumar aumentará su sangrado; la nicotina y el alquitrán en el tabaco afectan la curación y pueden causar alveolitis seca.

No haga actividad física vigorosa por una semana después de su cirugía, a menos que le hayamos indicado lo contrario. La actividad física aumenta su presión arterial, lo que causará un aumento en su hinchazón, dolor, y sangrado. Usted puede aumentar gradualmente su actividad, tal como trotar o jugar tenis, después de una semana.

La hinchazón es normal después de la cirugía y puede ser una causa de malestar. Usted debe aplicar una bolsa de hielo al área por 20 minutos, en periodos de 20 minutos, durante las primeras 24 horas; esto ayudará a minimizar la hinchazón. Es indispensable mantener la actividad física al mínimo, y no permanecer de pie. La rigidez del músculo puede limitar el abrir su boca.

Si se le han insertado dentaduras inmediatas, pueden aparecer llagas. En la mayoría de los casos, su dentista lo verá en un plazo de 24–48 horas después de la cirugía y hará los ajustes necesarios para aliviar esas llagas o ampollas. En caso de no hacerlo puede dar lugar a las úlceras severas de la dentadura, que pueden prolongar el proceso curativo.

Usted irá a casa con paquetes de gasa en su boca, pero necesitará cambiarlos, una vez que llegue a su hogar, cada 15–30 minutos hasta que el sangrado disminuya o baje. Usted debe colocar los paquetes de la gasa proporcionados, directamente sobre los sitios quirúrgicos. Si el sangrado continúa o es excesivo, ponga una bolsita de té negro, no-herbario, sobre los sitios quirúrgicos y muerda firmemente por 45 minutos a una hora con presión constante. Repita si es necesario. Puede tener un poco de rezuma o saliva rosada durante los próximos días.

Planee descansar por el resto del día después de la cirugía. Usted no debe conducir, operar maquinaria pesada o peligrosa, ni firmar ningún documento jurídico por lo menos durante las 24 horas siguientes a la anestesia general.

Tome el analgésico prescrito antes de que el entumecimiento comience a ceder, asegurándose de que usted haya comido antes. Si usted presenta síntomas de urticaria o erupción debido a cualquiera de los medicamentos, interrúmpalos y llame nuestra oficina. Comenzando el día antes de su cirugía, usted debe de tomar de 2–3 tabletas de 200 mg de Advil® o ibuprofen, continuando después de la cirugía, entre cada dosis del antibiótico prescrito, por 3–4 días. Recuerde, que los narcóticos para el dolor pueden afectar su juicio y sus reflejos. Tome sus antibióticos prescritos y continúe haciéndolo hasta que se terminen.

Si usted se siente con náuseas, beba pequeñas porciones de bebidas carbonatadas tales como 7Up® o ginger-ale, cada hora por 3 o 4 horas. Esto generalmente eliminará su náusea. Las comidas blandas como galletas saladas, té, caldo claro, gelatina, puré de manzanas, o pan tostado sin mantequilla también pueden ayudar a eliminar la náusea. Evite la leche y todo los productos lácteos mientras la náusea esté presente. Si usted está tomando un narcótico, también puede tomar la mitad de la dosis o partir la píldora por la mitad.

Comenzando el día después de la cirugía, cepílese sus dientes dos veces al día, inicialmente de manera suave, alrededor de los sitios quirúrgicos. Usted también debe comenzar los enjuagues de agua tibia salada. Enjuague 3–4 veces al día por los próximos 7–10 días. Disuelva 1 cucharadita de sal con 8 onzas de agua tibia. Usted puede también comenzar a utilizar calor en vez del hielo — lo que le sienta mejor. Aplíquelo al exterior de su cara sobre los sitios quirúrgicos por 20 minutos, en periodos de 20 minutos. Usted puede comenzar a experimentar un leve dolor de oídos, de garganta, temperatura elevada, o síntomas de influenza, el día después de la cirugía, así como durante la primera semana. Si las orillas de la boca se estiran, pueden researse y agrietarse. Sus labios se deben mantener húmedos con un ungüento como la vaselina.

La hinchazón, el malestar, y posiblemente los moretones, alcanzan su punto más alto el tercer o cuarto día después de la cirugía y mejorarán gradualmente. Adopte una posición semi-vertical con su cabeza elevada sobre su corazón al descansar. Puede comenzar a dolerle la garganta. Los músculos de la garganta están cerca de los sitios de la extracción. La hinchazón de los músculos de la garganta pueden causar dolor. Esto es normal y debe desaparecer en 2–3 días. Puede presentar hinchazón y decoloración alrededor del ojo. El uso de una toalla húmeda caliente ayudará a eliminar la decoloración más rápido. La toalla debe de ser aplicada continuamente lo mas que pueda tolerar, comenzando a las 36 horas después de la cirugía.

Por los primeros 3 días después de la cirugía, evite escupir o beber con una pajilla. Es muy importante no fumar durante 5–7 días



## Post-Operatorio: Extracciones Múltiples (CONT.)

después de la cirugía. Fumar aumentará su dolor y retrasará la cicatrización. Es difícil controlar el dolor de una herida causada por el uso de productos de tabaco. La alveolitis seca es definida como la pérdida de un coágulo de sangre, da como resultado la exposición del hueso y puede ser doloroso, generalmente en el cuarto o quinto día después de la cirugía. Llame la oficina si usted piensa que tiene una alveolitis seca.

La proteína es necesaria para la adecuada producción del tejido y la curación; por lo tanto, le sugerimos una dieta suave de alto valor proteico incluyendo comidas tales como huevos revueltos. Aumente su ingesta de líquidos a por lo menos cuatro vasos de 8 onzas por día, pero no utilice pajilla. A veces es recomendable, pero no obligatorio, limitar el consumo de alimentos del primer día a líquidos suaves o a comidas hechas puré, como pudín, yogur, puré de manzanas, o batidos de leche. Gradualmente aumente su dieta a las comidas sólidas. También aconsejamos que evite las comidas picantes y ácidas tales como las frutas cítricas, por varios días después de su cirugía, ya que pueden causar punzadas en los sitios quirúrgicos. No omita ningún alimento ¡Este no es el momento de hacer una dieta! Si usted consume alimentos regularmente, se sentirá mejor, ganará fuerza, y tendrá menos malestar, y esto ayudará a la curación.

Durante el proceso de cicatrización, usted puede sentir con su lengua, bordes afilados en las áreas quirúrgicas. Probablemente son las paredes huesudas, que sostenían originalmente los dientes. De vez en cuando, las pequeñas astillas del hueso se eliminarán por sí mismas durante la primera o segunda semana después de cirugía. No son pedazos de diente, y en caso que sea necesario, las quitaremos. Por favor llame a la oficina si usted está preocupado por esto.

Si le hicieron un procedimiento intravenoso y nota enrojecimiento, dolor, una mancha roja, hinchazón, calor al tocar, o una área endurecida donde le fue removido, usted debe aplicar una compresa o una toalla caliente, húmeda al área. Si usted no nota progreso en un plazo de 24 horas, por favor llame a nuestra oficina.