DIGNITY DENTAL PRACTICE
Family & Cosmetic Dentistry

Extracción dental e injerto óseo - preservación del alveolo y la cresta

Instrucciones postoperatorias

Antibiótico

Si le han recetado un antibiótico, comience a tomarlo el primer día (a menos que le indiquen lo contrario) y complete todo el tratamiento. Puede reducir el malestar estomacal tomándolo con alimentos y/o suficiente líquido.

Ibuprofeno (Motrin®)

A menos que tenga una razón por la cual no pueda tomar ibuprofeno (como alergia al ibuprofeno o a la aspirina, o una úlcera estomacal), tome 600 mg de ibuprofeno cada vez, 3 veces al día. Comience el día de la cirugía de injerto óseo y continúe durante los siguientes 2 días. Después de eso, todavía puede tomarlo según sea necesario para el dolor. No use ibuprofeno durante más de una semana.

(Narcótico) Pastillas para el dolor

Si se le recetaron, además del ibuprofeno indicado arriba, tome una pastilla narcótica para el dolor tan pronto como pueda después de la cirugía. Por lo general funciona mejor si se toma antes de que desaparezca el adormecimiento. Después de eso, tómela solamente cuando sea necesario. Tome cualquier pastilla narcótica para el dolor con alimentos y/o suficiente líquido. No conduzca después de tomar un narcótico y no lo combine con pastillas para dormir ni alcohol.

Bolsa de hielo

Use una compresa fría (una bolsa de chícharos congelados funciona bien) sobre la cara en el área donde se realizó el procedimiento durante 10 minutos cada vez, dos veces por hora, durante las primeras 6 horas. Puede usar periódicamente una bolsa de hielo el resto del día de la cirugía y el día siguiente. Si usa el hielo según las indicaciones, debería tener menos hinchazón. Menos hinchazón significa menos dolor. No use compresas calientes ni bolsas de agua caliente.

Dormir con la cabeza elevada

Durante las primeras 2 noches después del procedimiento, duerma en un sillón reclinable o con la cabeza elevada sobre varias almohadas. Un sillón reclinable es preferible. Mantener la cabeza por encima del nivel del corazón durante los primeros 2 días puede reducir considerablemente la hinchazón postoperatoria. Menos hinchazón significa menos dolor.

Hinchazón

La mayoría de las personas presentan algo de hinchazón y, cuando ocurre, suele aparecer aproximadamente 48-72 horas después de la cirugía. Usar el ibuprofeno, la bolsa de hielo y dormir con la cabeza elevada como se indicó anteriormente ayudará mucho a mantener la hinchazón postoperatoria al mínimo.

Enjuague oral (antiséptico)

1545 Saint Marks Plaza, Suite 1, Stockton, CA 95207 | **(209) 957-1244** | **www.dignitydentalpractice.com**

La clorhexidina (Peridex® o Periogard®) es un líquido antiséptico tópico que ayudará a cuidar el sitio quirúrgico. No frote ni cepille directamente el área de la cirugía, ya que esto podría sacar las suturas o alterar la membrana y el material del injerto óseo. Puede cepillar suavemente los dientes alrededor del área quirúrgica. Para el sitio de la cirugía, tome una gasa y dóblela una vez y luego otra vez. Empápela con el líquido antiséptico. Coloque suavemente la gasa en el área quirúrgica, muerda con suavidad y manténgala durante 3 minutos. Retire la gasa y no coma, beba ni se enjuague durante 30 minutos. Si se utilizó una membrana reabsorbible, haga esto durante al menos 2 semanas. Si se utilizó una membrana no reabsorbible, continúe hasta que se retiren la membrana y las suturas no reabsorbibles (aproximadamente 4-5 semanas después), 3 veces al día.

Higiene oral

Use la clorhexidina como se indicó anteriormente. No use un irrigador Waterpik ni un cepillo dental eléctrico alrededor del área quirúrgica durante 6 semanas después del procedimiento. Después de ese tiempo, debería estar bien. Puede cepillar con su cepillo habitual las áreas que no fueron tratadas. No use hilo dental alrededor del diente o los dientes tratados durante 1 semana para evitar retirar accidentalmente las suturas. Después de 4 semanas, no debería haber restricciones de higiene oral, excepto para los irrigadores Waterpik y cepillos eléctricos como se indicó anteriormente.

Enjuagues con agua salada

Enjuáguese suavemente la boca (sin hacer buches vigorosos) con agua tibia con sal (1/2 cucharadita de sal en un vaso de 8 onzas de agua tibia). Mantenga el agua en la boca durante 30 segundos y escúpala. Repita. Hágalo 4-5 veces al día durante 7 días. Comience el día siguiente al procedimiento.

Ejercicio

Evite el ejercicio intenso durante los primeros 7 días. La actividad física intensa puede aumentar el dolor postoperatorio o causar sangrado e hinchazón. Menos actividad significa menos dolor.

No tocar el sitio quirúrgico

Es importante no tocar el sitio quirúrgico durante las primeras etapas de cicatrización. Recomendamos que evite estirar la boca para mirar el área y que no juegue con la lengua sobre el sitio quirúrgico.

Sangrado

Es normal tener saliva de color rosado durante algunos días. Si presenta sangrado, primero limpie bien el área de cualquier coágulo de sangre. Luego aplique presión suave (no necesita ser muy fuerte) directamente sobre el sitio de la extracción durante 10 minutos continuos con una bolsita de té bien mojada (el té negro funciona mejor), una gasa bien mojada o un paño limpio. Asegúrese de que esté completamente mojado. Si está seco, el coágulo puede pegarse y el área puede volver a sangrar al retirarlo. Si el sangrado no se detiene, llámenos, ya que el sangrado incontrolable se considera una emergencia.

Alimentos

Mantenga una dieta fría y blanda durante el primer día. Mastique del lado opuesto al diente o dientes extraídos y evite alimentos crujientes o duros (por ejemplo, totopos) y alimentos que puedan quedar atrapados en el sitio de la extracción, como maíz, palomitas de maíz, nueces y semillas (incluidas frutas con semillas como las fresas). Haga esto durante al menos 5 semanas (si se utilizó una barrera no reabsorbible que fue retirada, continúe durante 1 semana después de retirarla). Durante los primeros 7 días evite alimentos o bebidas

calientes. Puede considerar un suplemento nutricional como Carnation Instant Breakfast, Ensure, Slim-Fast, etc. Ensure fabrica Glucerna para personas con diabetes. Después de 5 semanas no debería haber restricciones de alimentos. No use popotes durante la primera semana. No tome malteadas con popote durante 4 semanas.

Fumar

NO fume. Las personas que fuman tienen una incidencia mucho mayor de alveolitis seca. Si fuma, limítese a 5 cigarrillos o menos al día y fume solamente la mitad de cada cigarrillo. No fume puros ni pipa. Haga esto durante al menos 6 semanas.

Aspirina

A menos que tenga una razón médica especial para tomar aspirina (infórmenos al menos una semana antes si este es el caso), no tome productos con aspirina desde 7 días antes hasta 7 días después del procedimiento de extracción. La aspirina puede causar sangrado.

Complicaciones y preguntas

Aunque ciertamente no esperamos problemas, ocasionalmente pueden presentarse. Llámenos si tiene cualquier pregunta para que las complicaciones pequeñas puedan tratarse antes de que se conviertan en problemas mayores. Para preguntas que no sean de emergencia, comuníquese con Dignity Dental Practice durante el horario de atención al (209) 957-1244.