# CUIDADOS POST QUIRÚRGICOS PARA CIRUGÍA DE NARIZ

FO-CIRU-04

Especialistas Cuando se trata de ti



Es un **procedimiento quirúrgico** que tiene como objetivo restablecer el ciclo nasal normal, corregir **desviaciones estructurales en la nariz** o en los cornetes nasales y así lograr una adecuada función nasal y un **ciclo respiratorio normal**.

Las siguientes son recomendaciones generales para el cuidado de su paciente en la casa. Si después de leerlas o aplicarlas tienes alguna duda, consulta al médico o comunícate con el servicio de Cirugía de la Clínica San Luis al **607 6430026 Ext. 220.**

1. Descansa todo el día después de la cirugía y luego cuando te sientas fatigado. No te toques ni frotes la nariz. Evita sonarte la nariz (es normal sentirla obstruida durante varias semanas). Respira tranquilo y despacio. Respira por la boca si te sientes ahogado. Si debes estornudar, abre la boca y estornuda naturalmente.

2. Trata de no inclinarte o levantar objetos que pesen más de 5 kilos durante la primera semana. Evita actividades intensas, como montar en bicicleta, trotar, levantar pesas o hacer ejercicio aeróbico, durante una semana o hasta que tu médico lo apruebe.

3. Puedes aplicarte compresas de hielo alrededor de la nariz y la zona del ojo para aliviar el dolor y la hinchazón, pero asegúrate de mantener la nariz seca. Cubre el hielo con una tela limpia y seca o una toalla pequeña.

4. Si tienes un paño de goteo o bigotera debajo de la nariz podrás recoger la mucosidad y la sangre, cámbialo solo cuando esté empapado de sangre; es posible que debas hacerlo cada hora durante 24 horas después de la cirugía. Cuando ya no sangres, puedes retirártelo. Si tienes relleno en la nariz, déjatelo puesto. tu médico te lo retirará.

5. Duerme en posición semisentada (cabecera elevada). Dormir apoyado sobre dos o tres almohadas también te ayudará a reducir la hinchazón. Intenta dormir boca arriba durante el mes siguiente a la cirugía.

Especialistas
Cuando se trata de ti

6 Puedes continuar con tu dieta normal. Si tienes malestar estomacal, come alimentos suaves bajos en grasa. Consume abundantes líquidos. No fumes (si eres adulto). Mantén la boca limpia. Enjuágate la boca con agua salada o con un enjuague bucal que no contenga alcohol después de cada comida y antes de irte a dormir.

7 Puedes utilizar tus anteojos cuando lo desees. No uses lentes de contacto hasta el día después de la cirugía.

8 No viajes en avión durante al menos 2 semanas. Tus senos paranasales todavía están sanando, y los cambios en la presión del aire pueden afectarlos.

9 No puedes darte el sol durante un mes; si tu cirugía es Rinoplastia evita el sol por 3 meses.

10 Toma únicamente el medicamento ordenado por el médico e inícialo de inmediato. No tomes aspirina ni medicamentos que contengan aspirina o antiinflamatorios como ibuprofeno (Advil, Motrin) o naproxeno (Aleve) durante 3 semanas después de la cirugía, a menos que su médico le diga que puede hacerlo.

## Asiste cumplidamente a la cita de control

### No te alarmes si presentas:

- Vómito de color rojo oscuro o negro a causa de la sangre tragada
- Mal aliento
- Oídos tapados y ronquidos

Llama a tu médico o acude a consulta de urgencias si presentas:
Sangrado intenso
Fiebre mayor de 38°C