



¡Gracias por tu confianza! sigue las siguientes indicaciones para una recuperación más cómoda y rápida, por favor no olvides agendar tu cita de revisión.

Fracturas Faciales, Cirugía para remoción de Tumores Quistes y Cirugía Reconstructiva

1. **Postura:** Duerme con la cabeza elevada (usando dos almohadas o en un sillón reclinable) para reducir el edema facial.
2. **Frío local:** Aplica compresas frías o hielo de forma intermitente, durante 20 minutos cada 4-6 horas durante las primeras 48 a 72 horas.
3. **Higiene:** Mantén una higiene oral suave. No escupas ni te enjuagues con fuerza el primer día; usa los colutorios antisépticos recetados de forma pasiva.
4. **Actividad:** Reposo relativo. Evita el sol, fuentes de calor y cualquier esfuerzo físico.
5. **Evita:** toser, estornudar o sonarte la nariz, si tienes congestión nasal realiza lavados nasales como se te ha indicado.
6. **Medicamentos:** Toma los analgésicos y antibióticos siguiendo estrictamente el horario prescrito para manejar el dolor y prevenir infecciones.
7. **Tabaco y Alcohol:** Se deben evitar estrictamente, ya que el tabaco retrasa significativamente la cicatrización ósea y aumenta el riesgo de infección.
8. **Higiene de la herida:** Limpie las incisiones con delicadeza según las instrucciones del cirujano, habitualmente con agua y jabón suave o agua oxigenada, evitando frotar.
9. **Ungüento antibiótico:** Aplique pomada antibiótica en las incisiones externas 2-3 veces al día tras retirar el vendaje.
10. **Dieta líquida/blanda:** Es crucial seguir una dieta de alimentos suaves, licuados o batidos (no masticar) durante al menos 4 a 6 semanas, especialmente si hay fijación maxilar.
11. **Hidratación:** Aumente la ingesta de líquidos (agua, jugos) para mantenerse hidratado.
12. **Evitar alimentos calientes/picantes:** Durante las primeras semanas, evite alimentos que puedan irritar o requerir esfuerzo masticatorio.
13. En caso de presentar fiebre, salida de pus por la herida, enrojecimiento de la piel comuníquese de inmediato para recibir indicaciones y programar una revisión.