

**Indicaciones y recomendaciones después de una cirugía o extracción dental:**

- Hacer presión con las gasas por 20 minutos, después retirarlas y desecharlas.
- No volver a colocar más gasas.
- No escupir fuerte por 24 horas
- No hacer enjuagues durante las primeras 24 horas después de la extracción.
- No tomar nada con pitillo sino directamente del vaso.
- No fumar por un mínimo de 48 horas.
- Al no cumplir con las anteriores recomendaciones se podría producir hemorragia, y podría ser necesario colocar puntos.
- Aplicar hielo envuelto en un paño sobre la mejilla del lado afectado durante 15 minutos, luego dejar pasar 15 minutos y repetir el procedimiento. Realice estas aplicaciones por 24 horas, para disminuir la inflamación. Coloque crema humectante sobre la mejilla antes de cada aplicación de hielo para no irritar la piel.
- Dormir con dos almohadas para levantar el tronco y que la cabeza no quede totalmente plana sobre la cama.
- Cepillar los dientes con cuidado de no lastimar las heridas, 3 veces al día. Es muy importante mantener una buena higiene para que no se infecte la herida. Incluso podría incluirse un enjuague con clorhexidina para minimizar el riesgo a infección.
- Tomar los medicamentos como están indicados en el recípe.
- Después de 24 horas ya puede hacer enjuagues de agua tibia o manzanilla tibia con sal, varias veces al día.
- Puede comer cualquier tipo de alimentos libres de grasa durante las primeras 48 horas, en lo posible dieta líquida o blanda.
- Hacer ejercicios de apertura y cierre de su boca. De lo contrario, luego podría costar abrir la boca, al abrirla de nuevo es muy doloroso.
- Evitar tocar la herida con los dedos, lengua o con cualquier objeto, ya que podría infectarse la herida.
- Hacer reposo relativo evitando hacer esfuerzos físicos y estar debajo del sol.
- Los puntos de sutura puede ser reabsorbibles lo cual significa que se caen solos en un promedio de 10 días. En caso contrario su doctor le indicará para quitarlos a los 8 días.

En caso de emergencia comunicarse a través del teléfono: \_\_\_\_\_