

### Indicații post-operatorii

- Nu exercitați presiune cu degetele sau cu limba la nivelul zonelor unde s-a realizat intervenția chirurgicală!
- Evitați complet fumatul pentru toată durata vindecării, până la cel puțin 2 săptămâni după suprimarea firelor de sutură, altfel pot să apară complicații care vor îngreuna mult procesul fiziologic de vindecare și care pot merge până la compromiterea în totalitate a operației chirurgicale!
- Nu mâncați și reduceți la minim vorbitul până ce nu dispăre senzația de 'amorțeală' (efectul anestezic)! Altfel riscați să vă mușcați părțile moi, producând leziuni foarte grave în anumite cazuri (hemoragii foarte puternice datorită irigației sangvine foarte bogate la acest nivel).
- Nu produceți un efect de succiune la nivelul zonei operate!
- Pentru a ajuta procesul de vindecare este important să vă hrăniți și să vă odihniți. Pentru primele 7-10 zile postoperatorii consumați alimente de consistență moale sau semisolidă/semilichidă (de exemplu: iaurt, piure de fructe, etc). Evitați alimentele sfărâmicioase și/sau cu sâmburi mici (de exemplu: kiwi). Nu consumați alimente sau băuturi foarte fierbinți sau foarte reci (totul la 'temperatura camerei')! Nu mâncați alimente crocante, dure sau condimentate! Beți cel puțin 1,5-2l de apă plată pe zi, de la temperatura camerei! Nu beți lichide gazoase (cu bule)!
- Pentru primele 12-24 ore postoperatorii aplicați pachete cu gheață pe față în dreptul zonei asupra căreia s-a intervenit chirurgical. Aplicațiile se fac alternativ timp de 20 de minute cu 20 de minute pauză. Nu aplicați punga de gheață direct pe tegumentul feței; înveliți-o în prealabil într-o cârpă curată! Nu mențineți punga pe față după încălzirea conținutului!
- Nu vă clătiți gura și nu vă spălați pe dinți în ziua intervenției; de asemenea în primele 24-48 ore evitați spălatul pe cap. Începând cu ziua următoare puteți începe igienizarea cu o soluție salină obținută prin dizolvarea unei lingurițe de sare într-un pahar de apă caldă și o soluție antiseptică (apă de gură cu clorhexidină). Nu vă clătiți gura cu putere și lăsați soluția utilizată pentru clătire să se scurgă ușor din gură. Trei clătiri zilnice sunt suficiente, timp de până la două săptămâni după intervenție.
- Evitați să beți lichide cu paiul, să vă suflați nasul sau să strănutați cu putere, întrucât acestea pot afecta negativ vindecarea unor zone ale arcadei superioare (maxilar). Folosiți, la nevoie, picături de nas exclusiv pe bază de ser fiziologic (sau după recomandarea medicului).
- Pentru a preveni sângerările la nivelul zonei operate, folosiți în timpul somnului sau oricând stați în poziție culcată una-două perne care să vă mențină capul mai ridicat decât restul corpului. Tot în acest sens nu țineți nicio sursă de căldură în dreptul feței (inclusiv mâna lipită de față în dreptul zonei operate).
- Pentru a opri sângerările minore aplicați și mențineți presiune în zona intervenției pentru aproximativ 20 de minute prin intermediul câtorva comprese sterile; în același scop puteți folosi un plic de ceai negru umezit și împachetat într-o compresă sterilă. Dacă sângerarea persistă, contactați-ne! În orice caz nu scuipați conținutul lichid al cavității orale acumulat în urma hemoragiei – cel mai indicat este să îl înghițiți.
- Începând de a 2a zi după intervenție puteți relua periajul zilnic de 2-3 ori pe zi, urmat de clătiri usoare, blânde ale gurii. După 24 de ore, zona intervenției poate fi igienizată prin ștergere ușoară cu o compresă sterilă umezită cu ser fiziologic sau soluția antiseptică recomandată (pe baza de clorhexidina).
- Sensibilitatea, durerile și tumefacțiile (umflăturile) sunt normale timp de câteva zile după intervenție. Luați medicamentele în dozele și la intervalele prescrise de medic și cu precauțiile de rigoare din cadrul prospectelor. Dacă vi s-a recomandat inclusiv o medicație antibiotică urmați tratamentul pentru întreaga perioadă recomandată, chiar dacă simptomele infecției au dispărut.
- Evitați expunerea prelungită la orice sursă de căldură (soare, etc) sau frig (aer condiționat direcționat către dumneavoastră, etc) și aglomeratiile – de exemplu mersul în mijloace de transport în comun, piețe, magazine, concerte, munca la birou în afara cazurilor în care vă desfășurați activitatea de acasă și nu presupune muncă fizică.
- Contactați-ne pentru programare atunci când : aveți dureri persistente care nu cedează la analgezicele recomandate, observați absența prelungită a sensibilității după anestezie, observați sângerări prelungite, desfacerea firelor de sutură și în orice altă situație care vă îngrijorează, legată de intervenția suferită.