

What to do after oral extractions and surgery procedures

TO CONTROL BLEEDING

Immediately following the procedure, maintain constant biting pressure on the gauze placed in the area of the extraction for 30 to 60 minutes. If bleeding continues, bite on gauze for another 30 to 60 minutes. If you run out of gauze, place a moistened tea bag over the surgical area, and apply gentle but steady biting pressure for 20 minutes. Repeat if necessary.

TO MINIMIZE SWELLING

Some swelling may be expected following extraction and surgery depending on the procedure, it is a normal response to surgery. Swelling will peak within 2 days and will be gone in a week. Gently apply an ice pack or a cold compress to the cheek 10 minutes on and 10 minutes off for the first 24-48 hours after surgery.

TO RELIEVE PAIN

It is normal to experience some discomfort following surgery. Before the anesthesia has worn off, you may take Tylenol or Extra-Strength Tylenol as needed for minor discomfort. If this is ineffective, take the prescribed medication as instructed. Avoid all medications containing Aspirin, as Aspirin can prolong bleeding. Avoid driving or operating hazardous machinery when taking prescribed medication.

MAINTAIN A PROPER DIET

Adequate food and fluid intake following surgery is very important. Even though you may have difficulty opening your mouth, have your meals at the usual time. Do not bite in to anything until the anesthesia has worn off. Eat soft nutritious foods: Ice cream, frozen yogurt, applesauce, mash potatoes, pudding, cooked cereals sherbet and drink plenty of fluids (water, juices, milk, popsicle, milkshakes, bouillon, soups, Jell-O) with meals and in between. Do not use a Straw today. Add solid foods to your diet as soon as they are comfortable to chew but avoid crunchy foods such as peanuts, popcorn and potato chips for several days. Following a well balance diet will make you feel better, have less discomfort and heal faster.

MOUTH RINSE

Do not rinse your mouth today or use a mouthwash for at least 24 hours. Starting the following day, gently rinse using warm salt water solution 4-5 times per day (1/2 to 1 teaspoon of salt in an 8oz. glass of warm water). Continue for one week. It is important to rinse after meals to keep food particles out of the surgery site and allow proper healing.

ORAL HYGIENE

Tooth brushing and flossing may be carefully used in the area of the mouth not involved in the surgical procedure. Brush your teeth with water only during the first 24 hours. Please DO NOT SMOKE for at least 3 days after the extraction. A clean mouth heals faster. Be careful not to disturb or remove the blood clot by spitting or using a straw.

SUTURES

If sutures (stitches) are used, you may experience a drawing or tight feeling after a few days. This is normal and will be relieved when the sutures are removed. The dentist will always tell you if your sutures are self-resolved or if you need to come back to remove them. Do not fail to return for the suture removal on the appointment date.

FAINTING AND NAUSEA

If you experience light headedness or nausea, rest and drink plenty of fluids.

BRUISING

It is normal to experience bruising after surgery of the face and jaws. The extent of the bruising varies according to the patient's surgery and your tendency to bruise. Some patient's bruise more easily than others. Do not be alarmed as it will resolve in time.

REMEMBER YOUR FOLLOW UP VISIT

It is necessary to return for a post-operative visit to make sure healing is progressing satisfactorily.

IN CASE OF PROBLEMS

If you are not feeling improvement each day, you may have dry socket; which can be treated with a medical dressing. Please call us at (712) 213-0179.

If you have any problems such as **excessive bleeding**, pain and swelling or if you need immediate medical attention **please call 911 or go to the BVRMC Emergency Room (1525 West 5th Street, Storm Lake IA.)**

Qué hacer después de extracciones y cirugías orales

Para controlar el sangrado

Inmediatamente después del procedimiento, mantenga presión constante mordiendo en la gasa colocada en el área de la extracción durante 30 a 60 minutos. Si el sangrado continúa, muerda una gasa durante otros 30 a 60 minutos. Si ya no tiene gasas, coloque una bolsita de te húmeda sobre el área de la cirugía, y aplique presión suave pero firme y muerda durante 20 minutos. Repita si es necesario.

Para minimizar la hinchazón

Dependiendo del procedimiento, algo de hinchazón se puede esperar después de la extracción o cirugía, esto es una respuesta normal a la cirugía. La hinchazón alcanzará su punto máximo en 2 días y debe quitarse en una semana. Aplique suavemente una bolsa de hielo o una compresa fría en la mejilla por intervalos de 10 minutos durante las primeras 24 o 48 horas después de la cirugía.

Para aliviar el dolor

Es normal sentir algo de molestia después de la cirugía. Antes de que la anestesia haya desaparecido, puede tomar Tylenol o Extra Strength Tylenol según sea necesario para aliviar las molestias de menor importancia. Si esto no funciona, tome la medicina que se le recetó siguiendo las instrucciones. Evite tomar cualquier medicamento que contengan Aspirina, ya que la Aspirina puede ocasionar sangrado prolongado. Evite conducir o manejar maquinaria peligrosa cuando se tome el medicamento que le recetó el Dentista.

Mantener una dieta adecuada

Una alimentación adecuada y el consumo de líquidos después de la cirugía son muy importantes. A pesar de que usted puede tener dificultad para abrir la boca, trate de tener sus comidas a la hora habitual. No muerda nada hasta que la anestesia haya desaparecido. Consuma alimentos blandos y nutritivos como: helado o nieve, yogur, puré de manzana, puré de papas, pudín, cereales cocidos y tome líquidos en abundancia (agua, jugos, leche, paletas de nieve, batidos de leche, caldo, sopas, gelatina) con las comidas y entre ellas. No utilice un popote o pajilla hasta que se mejore. Trate de añadir alimentos sólidos a su dieta tan pronto como se sienta cómodo para masticarlos, pero durante varios días evite los alimentos crujientes como las nueces, palomitas de maíz y papas fritas. Seguir una dieta equilibrada lo hará sentir mejor, tener menos molestias y ayudará a sanar más rápido.

Enjuague bucal

No enjuague su boca hoy y no use enjuagues bucales por lo menos 24 horas después de la cirugía. A partir del siguiente día, enjuague suavemente con una solución de agua salada y tibia 4 o 5 veces por día (1/2 o 1 cucharadita de sal en un vaso de 8oz de agua tibia). Haga esto durante una semana. Es importante enjuagar después de las comidas para mantener las partículas de comida fuera de la zona de la cirugía y permitir una curación adecuada.

Higiene bucal

Cepillado de dientes y limpieza con hilo dental puede realizarse con cautela en cualquier zona de la boca sin incluir el procedimiento quirúrgico. Cepille sus dientes **con agua solamente** durante las primeras 24 horas. Por favor, **no fume** por lo menos 3 días después de la extracción. Una boca limpia se cura más rápido. Tengo cuidado de no perturbar o remover el coágulo de sangre al escupir o utilizar un popote o pajilla.

Suturas

Si le pusimos suturas (puntadas), usted puede sentir una sensación de presión por unos días. Esto es normal y mejorará cuando las suturas se retiren. El dentista siempre le dirá si las suturas son auto-disolubles o si es necesario regresar para quitarlas. No se olvide de regresar para retirar las suturas en la fecha de la cita.

Desmayos y Nausea

Es posible que usted sienta muchas náuseas o mareos, si esto ocurre trate de descansar lo mayor posible y tome muchos líquidos.

Moretones

Es normal presentar moretones después de una cirugía de la cara o la mandíbula. El grado del moretón varía de acuerdo a la dificultad de la cirugía, del paciente y su tendencia a desarrollar moretones fácilmente. Algunos pacientes presentan moretones con mayor facilidad que otros. No se alarme, ya que se quitara con el tiempo.

Recuerde su visita de seguimiento

El dentista le dirá si es necesario regresar para una visita post-operatoria para revisar que la cicatrización esté progresando satisfactoriamente.

En caso de problemas

Si usted no siente mejoría día con día, puede tener una alveolitis (infección del área de la extracción), que puede ser tratada con un apósito médico. Por favor llámenos al (712) 213-0179.

Si tiene algún problema, como **sangrado excesivo**, dolor e hinchazón o si necesita atención médica inmediata, **por favor llame al 911 o vaya a la sala de emergencias BVRMC Cuarto de Emergencia (1525 calle West 5th, Storm Lake IA.)**