

# DR. MARCEL PAZ

## CIRUGÍA PLÁSTICA

---

### RINOPLASTIA

#### INSTRUCCIONES DE CUIDADOS POSTOPERATORIOS

1. Al dormir, mantenga la cabeza elevada sobre 2 almohadas durante los primeros 7 días después de la cirugía, esto le ayudara a disminuir la inflamación.
2. Durante el día durante las primeras 72 horas después de la cirugía, aplique hielo picado en una bolsa de hielo o almohadillas para ojos para minimizar la inflamación y los moretes. No ejerza presión sobre la férula nasal.
3. Es normal continuar inflamandose después de las primeras 48 horas. La inflamación alcanza su pico a las 48-72 horas.
4. Si tiene dolor, tome el medicamento para el dolor cada 4-6 horas. Es mejor tomarlo con galletas, gelatina, etc. Si no siente dolor, no tome el medicamento. No se debe ingerir alcohol mientras esté tomando un medicamento para el dolor.
5. Si se siente ansioso, tome el medicamento contra la ansiedad (Xanax) cada 8 horas durante las primeras 24-48 horas.
6. Después de la cirugía, comience con una dieta ligera: solo líquidos. Al día siguiente, puede comenzar una dieta suave y regular, pero durante 2 semanas evite los alimentos que requieren un movimiento excesivo de los labios, como manzanas, mazorcas de maíz, etc.
7. Probablemente tendrá secreción nasal con sangre durante 3-4 días y puede cambiar la gasa de goteo debajo de la nariz con la frecuencia que sea necesaria. No se frote ni se seque la nariz, ya que esto tenderá a irritarla. Puede descartar la gasa de goteo y quitar la cinta de sus mejillas cuando el drenaje se haya detenido.
8. Para evitar el sangrado, no huela ni se suene la nariz durante las primeras 4 semanas después de la cirugía. Intente no estornudar, pero si lo hace, estornude por la boca.
9. Mientras tenga puesta la férula nasal, es preferible que se lave el cabello en el salón de belleza. Tenga cuidado para evitar que la férula nasal se moje.
10. **Mantenga limpios los bordes internos de las fosas nasales y las puntadas usando un hisopo impregnado con peróxido de hidrógeno (agua oxigenada) seguido de una fina capa de ungüento de polisorina. Esto ayudará a evitar que se forme costra. Debe avanzar la punta del hisopo en la nariz hasta la punta entera de algodón, pero no más. No lastimará nada dentro de su nariz mientras sea gentil en sus acciones.**

**RINOPLASTIA**  
**INSTRUCCIONES DE CUIDADOS**  
**POSTOPERATORIOS (continuación)**

---

**INSTRUCCIONES GENERALES POSTOPERATORIAS: :**

- Evite la actividad extenuante (AUMENTANDO SU FRECUENCIA CARDIACA POR ENCIMA DE 100 latidos por minuto, es decir, ejercicios aeróbicos, levantar objetos pesados y agacharse) durante las primeras 3 semanas después de la cirugía. Después de 2 semanas, debe aumentar lentamente sus actividades para que vuelva a la normalidad al final de la tercera semana.
- Evite golpearse la nariz durante 4 semanas después de la cirugía.
- Después de retirar la férula, no use anteojos ni permita que nada más descansa sobre su nariz durante 4 semanas. Los anteojos deben estar pegados a la frente. (Le mostraremos cómo hacerlo). Los lentes de contacto se pueden usar tan pronto como la inflamación haya disminuido lo suficiente como para poder insertarlos.
- La incisión de la nariz es sensible a la luz solar después de la cirugía. Proteja la línea de incisión de la exposición al sol durante 12 meses. Use un sombrero de ala ancha y / o un buen protector solar (SPF-20 o superior) con protección UVA y UVB si está expuesto al sol durante períodos prolongados.
- La férula nasal se extraerá en 7 días después de la cirugía.
- Después de retirar la férula nasal, la nariz se puede lavar suavemente con un jabón suave y se puede aplicar maquillaje. Se pueden usar cremas hidratantes si la nariz está seca.
- La punta de la nariz a veces se sentirá adormecida después de la rinoplastia, esta sensación desaparecerá gradualmente.
- Gran parte de la inflamación desaparecerá en 2-3 semanas después de la cirugía. A menudo toma aproximadamente 1 año para que desaparezca el último 10% de la inflamación. Su nariz puede sentirse rígida cuando sonrío y no tan flexible como antes de la cirugía. Esto no es perceptible por las demás personas y las cosas volverán gradualmente a la normalidad.
- Tome sus medicamentos con cuidado y solo según las indicaciones.
- Si tiene náuseas, vómitos, erupción cutánea, dificultad para respirar o diarrea después de tomar sus medicamentos, o si desarrolla fiebre (temperatura oral mayor de 38 °), desarrolla enrojecimiento o tiene un mayor dolor en el sitio de las incisiones quirúrgicas, llame al Dr. Marcel Paz de inmediato.
- Después de retirar las suturas y retirar las férulas internas / externas, se recomienda que use solución salina (sterimar) dos disparos en cada fosa nasal, 4-5 veces al día, para eliminar suavemente las costras formadas en el interior de la nariz, especialmente si se sometió a cirugía nasal interna, como reconstrucción septal o resección de cornete inferior.

**RINOPLASTIA**  
**INSTRUCCIONES DE CUIDADOS**  
**POSTOPERATORIOS (continuación)**

---

- Puede usar el aerosol nasal (Afrin) de forma intermitente SOLAMENTE después de la primera semana después de la operación para mejorar la respiración nasal. Y luego deténgalo después de 5-7 días.
- Si experimenta un aumento del sangrado nasal con sangre roja brillante (con la necesidad de cambiar la almohadilla nasal cada 30-40 minutos) notifique al Dr. Marcel Paz de inmediato. Debe sentarse y aplicar presión en el extremo de la nariz durante 15 minutos y puede usar el aerosol Afrin . El sangrado generalmente se detiene con estas maniobras.

Es importante que el Dr. Marcel Paz lo vea después de sus controles postoperatorios iniciales. Le verá en citas de seguimiento a las 3 semanas, 6 semanas, 6 meses y 1 año después de la operación.

**SI TIENE ALGUNA PREGUNTA, PORFAVOR LLAME AL DR. MARCEL PAZ**

Si necesita atención inmediata, llame al Dr. Marcel Paz en cualquier momento en su celular. No existe una pregunta menor. Prefiero que me llame, a que tenga dudas y no haga lo correcto.

Dr. Marcel Paz movil: 77860721  
Dr. Marcel Paz email: [drpazcirugiaplastica@gmail.com](mailto:drpazcirugiaplastica@gmail.com)  
Dr. Marcel Paz website: [www.drmarcelpaz.com](http://www.drmarcelpaz.com)