

Cirugía de la nariz y los senos paranasales: *Instrucciones para el alta*

Este folleto explica cómo cuidarse al regresar a casa. Si sus proveedores de cuidados de la salud le indican algo diferente, siga sus instrucciones.

¿Qué me ocurrirá después de la operación?

- **Sentirá dolor en la zona del rostro** donde se le hizo la intervención. También es posible que le duelan los dientes superiores y el paladar.
- **Si se le hizo una rinoplastia, puede que le aparezcan hematomas (moretones) e inflamación** alrededor de los ojos. (A algunos pacientes se les ponen los ojos morados.)
- **Es posible que sienta la nariz congestionada y que esta le cause molestias** hasta que la inflamación desaparezca. Eso puede ocurrir hasta 2 semanas después de la intervención.
- **Le goteará la nariz.** Se trata de una secreción provocada por la intervención. Al principio será sanguinolenta, pero su color se irá aclarando y su cantidad disminuyendo a medida que vaya cicatrizando.
- **Es probable que se le coloque una esponja o una gasa para taponar la nariz** durante el primer día posterior a la operación. Si es así, entonces deberá respirar por la boca, y esta se le puede secar.
- **Tal vez se le coloquen tablillas o tubos** en el interior o el exterior de la nariz. El cirujano los quitará aproximadamente una semana después de la operación.

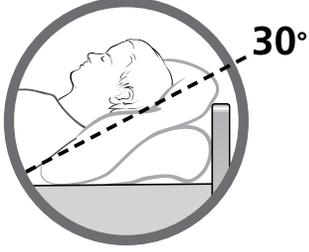
Cuándo llamar al médico

Comuníquese con el médico de inmediato si tiene alguno de los siguientes síntomas:

- Alteración de la visión
- Fiebre superior a 38 °C (101° F)
- Escalofríos, tos, debilidad
- Sangrado que satura una compresa de gasa más de una vez cada 30 minutos después del primer día
- Dolor que los analgésicos no logran controlar
- Náuseas o vómito constante

¿Cómo debo cuidarme en casa?

Las primeras 24 horas

- **Repose en un sillón o en la cama.** No haga mucha actividad. Colóquese almohadas o almohadones debajo de la cabeza para mantenerla elevada. Duerma con la cabeza elevada con una inclinación de aproximadamente 30 grados.
 
- **Controle el sangrado.** La nariz puede sangrar, y la sangre puede irse por la parte posterior de la garganta. Si siente que le corre sangre por la parte posterior de la garganta, escúpala. Tragarse la sangre puede provocar ganas de vomitar.
 - Siga haciendo reposo y use compresas de gasa como está indicado para absorber la sangre.
 - Al principio, es posible que sature una compresa cada media hora, pero la frecuencia debería disminuir después del primer día (24 horas).
- **No se suene la nariz.** Si tiene coágulos de sangre en el extremo de la nariz, límpielos suavemente con un trapo húmedo. No se coloque nada en la nariz a menos que el médico se lo indique. Si tiene que estornudar, hágalo con la boca abierta. Pregúntele al proveedor de cuidados de la salud cómo hacerlo de forma segura.
- **Tome líquidos transparentes,** ya que le ayudarán a controlar el malestar estomacal. Puede tomar, por ejemplo, agua, jugo de manzana, jugo de uva blanca, caldo, refrescos, bebidas deportivas, café o té sin leche y gelatina sin sabor. Cuando tolere bien los líquidos transparentes, añada poco a poco otro tipo de líquidos y alimentos que sean fáciles de digerir.
- **Tome los analgésicos exactamente como se lo indique el médico.** Tómelos con caldo o alimento para evitar que le provoquen malestar estomacal.

Las primeras semanas después de la operación

Las primeras semanas después de la operación, es posible que presente uno o varios de los siguientes efectos secundarios:

- Dolor en el interior o el exterior de la nariz.
- Dolor en los dientes superiores y en el paladar.
- Más dolores de cabeza de lo habitual.
- Dolor en uno o ambos oídos.

Cómo cuidarse la nariz

- **No se suene la nariz.** Puede aspirar por ella con suavidad.
- **Use un vaporizador o un humidificador.** Eso produce humedad en el aire y ayuda a diluir el líquido que se encuentra en el interior de la nariz. Lave el humidificador todos los días con jabón y agua caliente para eliminar los microbios.
- **Lávese las manos con frecuencia,** en especial si ha estado cerca de alguien que esté enfermo. Eso ayudará a evitar que los microbios se propaguen.
- **No fume.** Fumar irrita la nariz y enlentece la cicatrización. Si fuma, éste es un buen momento para dejar el hábito. Pídale al proveedor de cuidados de la salud que le dé indicaciones sobre cómo puede hacer para dejar de fumar.
- **Si se le hizo una rinoplastia:**
 - **No moje el vendaje situado en la parte superior de la nariz.** Mantener el vendaje seco evita infecciones y acelera la cicatrización.
 - **Déjese los vendajes puestos** (a menos que el proveedor de cuidados de la salud le diga que puede quitárselos). Los vendajes mantienen la nariz en la posición correcta para que sane y la protegen de lesiones.

Actividades

- **Tómeselo con calma.** No levante objetos pesados ni haga ejercicio intenso durante 2 semanas.
- **No haga viajes en avión ni ningún otro viaje** que suponga modificaciones rápidas de la altitud hasta que el médico lo autorice.

Medicamentos

Después de la operación de la nariz o los senos paranasales, el cirujano le recetará medicamentos que le ayudarán a recuperarse.

Los medicamentos pueden ser los siguientes:

- **Antibióticos.** Permiten evitar las infecciones provocadas por las bacterias. Siempre tome los antibióticos siguiendo al pie de la letra las indicaciones del médico. No deje de tomarlos hasta que se acaben por completo.
- **Analgésicos.** Permiten controlar o disminuir el dolor, pero no lo hacen desaparecer por completo. Solo tome los analgésicos que le indique el médico. Eso evitará que el dolor empeore y facilitará su control. El dolor disminuirá en cuestión de días y podrá dejar pasar más tiempo entre una toma y otra. Si tiene mucho dolor, incluso después de tomar el analgésico, informe al médico de inmediato.

Consulta de seguimiento

Pregúntele a los proveedores de cuidados de la salud en qué momento debe regresar para tener una consulta de seguimiento. La mayoría de los pacientes tienen la consulta la semana posterior a la intervención.

Los siguientes son los datos de su cita de seguimiento:

Cuándo: _____

Dónde: _____

Instrucciones adicionales:

Nose and Sinus Surgery: Discharge instructions

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

© 2011 – 2016 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications FS197DS-11/16 (Last reviewed - 09/16) (Spanish translation 02/11, 07/13, 10/16 by Lingotek, Inc.)