

# Orientações Pré e Pós Cirurgia



dibortognática

Essas orientações tem como objetivo ajudar na sua recuperação, pode ser que você não se encaixe em todo os itens. Qualquer duvida entre em contato com a nossa equipe.

## **O que fazer para a cirurgia.**

- Pare de fumar pelo menos 3 meses antes da cirurgia
- Pare de tomar aspirina, anti-inflamatorios, ou qualquer outra medicação que possa interferir, sob orientação e acompanhamento do seu médico
- Não consuma álcool ou bebidas energéticas por pelo menos uma semana antes da cirurgia
- Elimine ou reduza o consumo de cafeína por duas semanas antes da cirurgia.
- Beba bastante água todos os dias, por uma semana antes da cirurgia
- Mantenha uma boa higiene oral (principalmente no dia da cirurgia, faça limpeza com seu dentista se necessário previamente)
- Tenha hábitos nutricionais saudáveis
- Continue tomando toda medicação de rotina (caso tenha), informe o cirurgião sobre suas medicações.
- 8 horas de jejum absoluto (incluindo água), contando o horário de início da cirurgia.
- Chegar no hospital no horário indicado
- Travesseiro de viagem
- Água de coco ou Gatorade

## **\*O que levar para o Hospital**

- Mudas de roupa (confortáveis), chinelo
- Exames pré operatórios
- Kit de higiene pessoal
- Escova de dente cirurgica ou infantil (cerdas macias)
- Documento com foto e carteirinha do convênio
- Ir sem esmalte
- Tirar piercing, brincos, anéis e colares
- Remove barba
- Não ir de lente de contato



### **\*Durante a internacao hospitalar**

- A cirurgia será realizada sob anestesia geral, quando acabar a cirurgia você acordará dentro do centro cirúrgico e ficará na Recuperação pós anestésica (que é dentro do centro cirúrgico) algumas horas monitorada, logo em seguida sera transferido para o quarto.
- É possível que você chegue no quarto com curativos compressivos no rosto e gelo na região da mandibula para ajudar a reduzir o inchaço.
- Alguns casos podem ser transferidos para Unidade de Terapia Intensiva (UTI) para um acompanhamento de perto da equipe.
- Ao chegar no quarto se alimente mesmo sem fome você estará há muitas horas sem se alimentar, é necessário.
- O incômodo na garganta é normal , devido a intubação e irá melhorar
- Você estará com elásticos intermaxilares (entre os dentes superiores e inferiores) mas você conseguirá abrir a boca.
- As narinas podem estar obstruídas e você vai respirar pela boca nesse período.
- Você pode ter um aparelho no céu da sua boca (splint) ele ficará fixo e será removido pelo cirurgião
- Faca compressa de gelo 30min com gelo e 30min sem gelo (não é necessário dormir com gelo)
- Caminhe pelo hospital (sempre acompanhado)
- O Inchaço é progressivo por 3 dias, depois começa a desinchar
- Antes da alta vamos ensinar a lavar as narinas com soro
- Você receberá receita com os medicamentos para tomar em casa e orientações
- Vamos entrar em contato com você para agendar seu retorno na clínica



### **\*Para casa**

- Mantenha cabeça mais alta ao deitar (dois travesseiros)
- Dieta líquida e pastosa, de preferência fria nos primeiros dois dias (pode utilizar seringa, almotolia, colher o que conseguir)
- Não utilize canudo (faz muita pressão)
- Não assoar o nariz por duas semanas, apenas limpar com soro.
- Espirrar de boca aberta
- Hidrate-se bastante
- Sugestão de suplementos alimentares
  - *Ensure*
  - *Whey protein*
  - *Nutren*
  - *Nutridrink Max*

### **\*Higiene**

- Não bochechar por 48 horas, após esse período utilizar enxaguante bucal com Clorexidina a 0,12% e de preferência que não contenham álcool na fórmula. Exemplos: PerioGard sem álcool (Colgate), Noplak.
- Creme dental. Especialmente nos 10 primeiros dias após a cirurgia ortognática, é interessante o uso de um gel com antisséptico durante as escovações dentárias. Alguns exemplos de produtos encontrados facilmente no mercado são o Perioxidin e o Noplak
- Pode utilizar water pick para auxiliar (depois da primeira semana)
- Passar nos lábios e cantos da boca para aliviar e ajudar na recuperação de abrasões, comumente resultantes do afastamento para a cirurgia. Exemplos: Bepantol, Cicaplast ou Manteiga de Cacau
- Não tomar banho muito quente nos primeiros dias
- Não levantar peso



### **\*Sangramento e Hematomas**

Sangramentos podem acontecer pelo nariz ou pela boca aonde foi feito os cortes na primeira semana.

Caso aconteça comprima com gazes ou compressas, caso não diminua, entre em contato com a nossa equipe. Hematomas iram desaparecer por mais ou menos 3 a 4 semanas e irá mudar a colocação

### **\*Parestesia**

Após a cirurgia é normal ficar com a face com parestesia (sem sentir) isso irá regredir ao passar do tempo. A fisioterapia ajudará nesse processo também.

### **\*Fisioterapia**

O cirurgião irá encaminhar você após o primeiro retorno na clinica e ira orientar . Isso ajudará na sua melhor recuperação

### **\*Fonodiologia**

O cirurgião irá indicar a necessidade

### **\*A volta ao trabalho / estudo**

Depende do tipo de atividade que cada paciente exerce além de que a recuperação de cada paciente ser diferente. Alguns retornam de uma a duas semanas, outros necessitam de um pouco mais

### **\*Remoção dos pontos (sutural)**

Os pontos dentro da boca são reabsorvíveis, vão se desfazendo, caso precise podemos remove-los também.

Os externos são retirados na consulta de pós operatório.