



# PARNASSE

## Clínica Odontológica

### RECOMENDAÇÕES PARA PACIENTES OPERADOS

#### **Primeiras 72 Horas :**

1. Dieta líquida ou pastosa, fria/ gelada. Por exemplo: sorvete, vitamina de frutas, iogurte, sopas frias.
2. Bolsa de gelo na face: aplicar por 20 minutos com intervalo de 10 minutos nas primeiras 24 horas. Recomenda-se proteger a pele com vaselina ou cremes hidratantes antes da aplicação do gelo, para evitar queimaduras. O gelo é extremamente importante para evitar hemorragias e inchaços intensos.
3. Manter repouso: evite esforços físicos e exposição ao sol.
4. Evite cuspir, bochechos vigorosos ou sugar canudinhos; isto estimula o sangramento nas primeiras horas após a cirurgia. Um pequeno sangramento é normal. Se ocorrer um sangramento mais intenso, morda firmemente um rolo de gaze sobre a área da cirurgia por 30 minutos. Se não cessar, entrar em contato com o dentista.
5. Manter a higiene bucal através de escovação com escova dental macia e, na área da cirurgia, efetuar a limpeza com um cotonete úmido em uma solução anti-séptica. A higiene é extremamente importante para evitar complicações ou infecções pós-cirúrgicas.
6. Manter a cabeça mais elevada ao deitar-se, utilizando um travesseiro alto ou dois travesseiros normais.

#### **Após 72 horas (a partir do 3º dia):**

1. Dieta livre conforme tolerância.
2. Manter repouso.
3. Fazer bochechos com solução anti-séptica 3 (três) vezes ao dia.
4. Manter a higiene bucal.
5. Não realizar compressa de gelo. Se o rosto ainda estiver inchado após o terceiro dia, fazer compressas mornas na face de 4 a 6 vezes ao dia, até desinchar.

#### **Observações:**

1. O inchaço após a cirurgia é considerado normal. Ele atinge seu pico máximo em cerca de 48 horas e geralmente dura 4 a 6 dias. Às vezes o inchaço é muito acentuado e pode ocorrer uma dificuldade de abrir a boca.
2. Raramente poderão ocorrer hematomas ou equimoses (manchas arroxeadas na pele). Isso é considerado normal para algumas pessoas e depende do tipo de cirurgia realizada e desaparece após 7 a 14 dias.
3. Retornar no dia marcado para avaliação.