



ARTROSCOPIA DE LA ARTICULACIÓN TEMPOROMANDIBULAR

TMJ ARTHROSCOPY

Estas instrucciones le serán de ayuda para cuidarse a sí mismo(a) en su hogar.



DIETA

Empiece con líquidos claros luego de llegar a su hogar. Si después de 45 minutos no se siente enfermo(a), comience con una dieta líquida/licuada que pueda beber. **NO MASTIQUE** hasta _____.



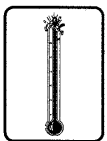
ACTIVIDADES

Lleve puesta su férula todo el tiempo excepto para comer. Descanse con la cabeza elevada utilizando cuando menos dos almohadas. A los dos días después de su cirugía, empiece a abrir la boca estirándola. Eventualmente podrá introducir tres (3) dedos verticalmente entre sus dientes de enfrente.



CUIDADO ESPECIAL NECESARIO

Mantenga **LIMPIAS** y **SECAS** las pequeñas heridas delante de sus oídos. Empezando el día de mañana, limpie las áreas con una solución de ½ parte de agua y ½ parte de agua oxigenada y cúbralas con una tira adhesiva esterilizada. **DURANTE LAS PRIMERAS 24 HORAS:** Coloque una bolsa de hielo en cada lado de su cara durante 30 minutos, retirándola otros 30 minutos.



INFECCIÓN

Observe cualquier señal de infección después de la cirugía: **fiebre, escalofríos, aumento del dolor, enrojecimiento, inflamación o secreción maloliente proveniente de su herida.** Llame a su doctor a la primera señal de cualquier infección.



CUANDO LLAMAR A SU DOCTOR

Llame al 434-924-0000 y pida lo comuniquen con el "Residente de guardia" Dr. _____ si:

- No ha orinado en ocho (8) horas después de la cirugía
- No ha defecado en tres (3) días
- Hay señales de infección como se indica anteriormente
- Tenga vómito por más de (4) horas
- Hay gran cantidad de pérdida de sangre o inflamación

Si usted tiene dolor en el pecho o dificultad para respirar, llame al 911