



Cuidados pós operatórios em Cirurgia Oral

- Fazer **compressão com a compressa durante 30 minutos**, com o objectivo de diminuir a hemorragia. Se ao remover a compressa ainda notar hemorragia coloque uma nova compressa e faça compressão por mais 30 minutos.
- **Aplicar gelo durante 30 minutos**, imediatamente após a cirurgia. Em casa deve repetir a aplicação de gelo por períodos de 30 minutos tendo o cuidado de entre cada aplicação deixar a pele repousar por um período de 50 minutos. A aplicação de gelo ajuda a minimizar o edema local e também a dor. Idealmente deve fazer **8 aplicações intercaladas no tempo** no dia da cirurgia e dias seguintes.
- Deve **evitar** a todo o custo **cuspir, bochechar, introduzir instrumentos no local da ferida, baixar a cabeça ou fazer esforços físicos** nas primeiras 48h após a cirurgia. É aconselhável dormir com 2 almofadas no dia da cirurgia de forma a não potenciar o risco de hemorragia.
- Relativamente à alimentação prefira apenas **alimentos frios e moles** nos 4 primeiros dias após a cirurgia (ex: gelados, iogurtes, gelatinas, pudins ou comida de bebé fria). Após esse período poderá ingerir alimentos moles à temperatura ambiente (ex: puré, empadão, esparguete, alimentos esmagados, sopas, etc). Ao fim de uma semana, poderá começar a ingerir todo o tipo de alimentos, evitando apenas alimentos que possam traumatizar a zona intervencionada.
- É fundamental **evitar o consumo de álcool e tabaco** nas primeiras duas semanas após a cirurgia visto que dificultam a cicatrização e potenciam o risco de infecções e complicações pós operatórias.
- No dia seguinte à cirurgia deve retomar a sua **higiene oral habitual**, lavando todos os dentes e protegendo a zona intervencionada.
- Deverá aplicar o **gel de clorhexidina 0,2%** com uma compressa sobre a ferida cirúrgica e sobre a sutura durante um período de 7 dias.
- Siga o esquema terapêutico que lhe foi fornecido e **não interrompa a medicação sem supervisão do seu médico**.

Desejamos-lhe uma rápida recuperação