

GUÍA DE RECOMENDACIONES POSTOPERATORIAS PARA RINOPLASTIA

Esta es una guía de recomendaciones y cuidados para los días posteriores a la intervención para los pacientes intervenidos de rinoplastia.

INFLAMACIÓN Y HEMATOMAS

- Después de la intervención es normal presentar una ligera inflamación que irá cediendo durante las próximas semanas. Para ayudar a controlar esta inflamación, nuestros cirujanos te pautarán la medicación a seguir.
- Además es conveniente que mantengas la cabeza ligeramente incorporada cada vez que te tumbes colocando un par de almohadas. Esto ayudará a que la inflamación se recupere antes.
- También es recomendable seguir una dieta baja en sal para evitar la retención de líquidos.
- Además de la inflamación pueden presentarse ligeros hematomas alrededor de los ojos que irán desapareciendo poco a poco. No es necesario aplicar ninguna pomada sobre los hematomas.

DOLOR

La rinoplastia no es una cirugía dolorosa y las pequeñas molestias que puedas presentar cederán con la medicación que te pautarán nuestros cirujanos.

FÉRULA

Saldrás de quirófano con una férula de escayola y un apósito de esparadrapo que nos ayudarán a contener la inflamación y a mantener la estabilidad de la cirugía durante la primera semana. A los 7 días se retirarán en nuestra consulta.

RESPIRACIÓN

Podrás respirar por la nariz desde el principio aunque es normal presenta un poco de congestión nasal los primeros días. Utilizaremos descongestionantes nasales que te indicaremos en consulta y lavados nasales con suero fisiológico para ayudar a mejorar la congestión y eliminar las secreciones nasales.

CUIDADOS DE LA HERIDA

En caso de rinoplastia abierta, la herida cutánea será muy pequeña y tendrá sólo algunos puntos. Tan sólo hay que lavarla con una gasa húmeda para retirar costras y suciedad y aplicar vaselina en pomada para evitar que las costras se queden pegadas.

A los 5-7 días retiraremos los puntos en consulta.

Es importante la protección solar cada vez que salgas a la calle durante los primeros 9 meses para evitar el daño solar sobre la cicatriz.

ACTIVIDAD FÍSICA

Es recomendable mantener un reposo relativo durante las dos primeras semanas. Podremos hacer vida social normal evitando esfuerzos físicos para evitar sangrados y aumento de la inflamación.

A partir de las 2-3 semanas iniciaremos una actividad física moderada de forma progresiva (correr, bici, gimnasio...) evitando situaciones en las que podamos recibir un golpe sobre la nariz que estropee el resultado.

A partir de los 6 meses podemos hacer cualquier tipo de actividad física.