

PAUL D. DURAND, M.D.
PLASTIC SURGERY

Instrucciones Post-operatorias

LIFTING FACIAL

Medicamentos que *TIENES* que tomar:

1. **Clonidine patch** – parche para prevenir presión alta.
 - Colocar en cualquier hombro la mañana del día de tu cirugía.
2. **Cephalexin (o Clindamycin)** – antibiótico para prevenir infección.
 - Empezar la primera dosis la noche del día de tu cirugía.
3. **Medrol pack (methylprednisolone)** – corticoides, ayudan con la inflamación y edema.
 - Empezar en la mañana después de tu cirugía.
 - Las instrucciones aparecen en la parte posterior del empaque.

Medicamentos que *PUEDES* tomar si lo necesitas:

4. **Tylenol with Codeine** – para el dolor, tomar cada 6 horas solo si es necesario.
 - Este medicamento estriñe así que puedes tomarlo con un laxante.
 - Si el dolor está controlado, mejor es tomar solo Tylenol regular.
5. **Ondansetron (Zofran)** – contra las nauseas, tomar cada 6 horas solo si lo necesitas.
6. **Mupirocin ointment** – antibiótico tópico, usar como mencionado abajo.
7. **Arnica cream/gel** – puede ser comprado sin receta medica y usado en la cara para prevenir/tratar morados (hematomas).

Para empezar la noche del día de tu cirugía:

- Dormir con la cabeza de la cama elevada o con 4 almohadas, esto ayuda con la hinchazón.
- Trata de no hablar en lo posible para no forzar los musculos faciales.
- La primera noche el vendaje se va sentir bastante apretado, eso es normal. Si es necesario se puede soltar ligeramente si el medico lo autoriza.
- Dolor de garganta es bastante común por el tubo de la anestesia. Puedes usar Chloraseptic spray para aliviar esto.
- Dieta blanda – shakes, sopas, muchos liquidos y dieta bajo en sal.
- Puede tomar la primera dosis del antibiótico esa noche con algo de comida.

La mañana después de tu cirugía:

- Continúa durmiendo con la cabeza por los primeros días en esa primera semana.
- Tomar la primera dosis del **Medrol steroid pack** esa mañana.
- Puede transicionar a una dieta regular lentamente, pero evitar comidas duras o chiclosas por dos semanas.

- Ok bañarse del cuello para abajo.
- Necesitas empezar a las instrucciones de limpieza incluidas en el siguiente párrafo.

***Instrucciones para limpieza de las incisiones:**

1. Hydrogen peroxide (agua oxigenada) –

- Mezclar media medida de agua oxigenada con media medida de agua. Usando un Q-tip (hisopo) limpiar las incisiones en la patilla, adelante y detrás de las orejas. Es normal que salga unas burbujas blanca mientras que se disuelve la sangre seca.

2. Mupirocin en crema –

- Aplicar a las incisiones dentro en la patilla, adelante y detrás de las orejas. Asegúrate de que las incisiones siempre estén humectadas y limpias. Aplica este ungüento 2 veces al día a la hora de cambiar el vendaje o después de los baños.

**Arnica gel* – ok empezar a aplicar en las zonas con moretones/hinchazón de la cara empezando el día después' de tu cirugía.

OTRAS INDICACIONES IMPORTANTES:

Baños/Duchas:

- Ok lavarse el cabello empezando el tercer día después de la cirugía. Haga esto con alguien que lo asista. Puede secarse las incisiones de manera delicada con una toalla limpia.
- Después de cada baño continuar con el cuidado de las incisiones con la crema antibiótico.
- Nada de piscinas o nadar por 4 semanas.

Actividades:

- **NO FUMAR!**
- Semanas 1-3 => no levantar más de 10 libras de peso (un galón de leche)
- Semana 4 => ok hacer ejercicio moderado pero no levantar pesas pesadas.
- Semana 6 => puedes regresar a tu rutina de ejercicio de antes de la cirugía, incluyendo nadar y bañarse en el mar.

Vendaje (Chin Strap):

- Continúa usando el chin strap (wrap de cuello y menton) 24 horas al día por 2 semanas.
- Después de dos semanas, puedes usar el chin strap/vendaje solo en las noches por 2 semanas más.
- Cuanto más uses el chin strap (vendaje), mejor va a ser el resultado del cuello.

Cuidado de las cicatrices:

- ***Mupirocin crema antibiótica*** => usar en las incisiones de la cara por las primeras dos semanas después de la cirugía o hasta que se caigan todas las costras de las incisiones.
- ***Silicone scar cream*** =>
 - Esta crema para cicatrices puede ser comprada en la oficina o en una farmacia.
 - Empezar en la semana 3 de la cirugía o cuando te lo diga el Dr. Durand.
 - Sigue las instrucciones de la caja.
 - Usar por un año.
 - Hay muchas marcas, lo importante es usar una que tenga silicona.
- ***Protección solar:***
 - Esto es la parte más importante del cuidado de las cicatrices!
 - Después de la segunda semana después de la cirugía, usar protector solar en las incisiones.
 - Usar un sombrero o lentes de sol de ser necesario.