

## Instrucciones Post-Operatorias Para la Cirugía De Garganta O Cuerdas Vocales

**Descanso:** Planee descansar la tarde después de su operación. Incluso después de una cirugía menor, usted se puede sentir somnoliento o cansado por unas horas. También podría sentir fatiga, dolores musculares y tener la garganta adolorida por 1-2 días.

**Náusea y Vómito:** Es común tener de 2-3 episodios de náusea y vómito. Si persiste durante la noche, llame a la oficina por la mañana.

**Temperatura:** Generalmente la temperatura del cuerpo no sube más arriba de los 100 grados después de la cirugía. Una ligera elevación es esperada. Es normal tener una fiebre de bajo grado hasta por una semana después de la cirugía. Reporte cualquier temperatura persistente de arriba de 101.5 grados una hora después de haber tomado Tylenol o medicamento para dolor.

**Molestias y Dolor:** Contacte a la oficina si hay molestias severas o dolor que limite severamente su respiración o el tragar (pasar).

**Sangrado:** Ocasionalmente puede notar mucosa teñida con sangre. Esto es normal. Llame a nuestra oficina si hay sangrado persistente, mas de 30 mL, o una onza.

**Estreñimiento:** ALGUNOS PACIENTES PUEDEN TENER ESTREÑIMIENTO MIENTRAS TOMAN NARCÓTICOS Y CONSUMEN UNA DIETA BAJA EN FIBRA. POR FAVOR TRATE DE EVADIR O MINIMIZAR LOS NARCÓTICOS. TRATE DE COMER COMIDAS SUAVES QUE TENGAN FIBRA. EJEMPLOS: PURÉ DE MANZANA, CIRUELAS PASAS, y BAYAS. PUEDE LICUAR ALGUNAS FRUTAS CON HIELO PARA HACER MALTEADAS FRIAS.

**Líquidos y Dieta:** Tome líquidos frescos durante el día después de su cirugía. Puede masticar chicle o comer dulces para humectar la boca y promover el tragar (pasar). Puede regresar a su dieta regular gradualmente y conforme sea tolerado.

**Actividad:** Usted puede regresar a sus actividades normales o ejercicio después de una semana, o conforme sea recomendado por su médico.

**Descanso de la Voz:** Descanse su voz, limitándose a diez palabras o menos al día por 4 días, y tener una conversación mínima por 7-10 días. Avise a sus amigos y familiares por adelantado que no podrá hablar y lleve con usted una libreta de notas. No grite, susurre o aclare su garganta hasta que vea a su médico en su visita postoperatoria.

**Fumar:** Todo tejido necesita oxígeno para sanar. Cualquier exposición al humo limita la entrega de oxígeno a los tejidos.. Por favor no fume o se exponga a respirar el humo de alguien más (humo de segunda mano).

**Otras Instrucciones:**

- Compresas frías en el cuello y en la cara podrían hacerlo sentir bien.
- Elevación del respaldo de la cama a 30-40 grados.
- Use un vaporizador en su cuarto y cerca de su silla si es que está sentado durante el día. Asegúrese de limpiar el vaporizador diariamente.
- Absténgase de fumar y exponerse a humo de segunda mano.
- Puede tener ronquera por aproximadamente entre dos a cuatro semanas o más.
- Reporte problemas al tragar (pasar), dificultad para respirar, o enronquecimiento que empeore y que ocurra después de 24 horas.

**Si tiene preguntas o preocupaciones, por favor llámenos al (503)581-1567.**