



Dra. María Pía Vallejos

OTORRINOLARINGOLOGÍA

## **INDICACIONES POST SEPTOPLASTÍA**

### **INDICACIONES GENERALES:**

- Reposo relativo por 2 semanas. Puede levantarse, no hacer fuerzas ni levantar pesos.
- Régimen blando a tolerancia. No hay contraindicación de ningún alimento, pero alimentos blandos son más fáciles de ingerir cuando hay tapones nasales.
- No hacer deportes ni ejercicios físicos ni levantar pesos durante 2 semanas posterior a la cirugía.
- Analgésicos y antibióticos según receta durante 1 semana.
- Realizar lavados de las fosas nasales con salmuera (agua tibia con sal de mar) y jeringa de 20 cc al menos 3 a 4 veces al día. Debe introducir el agua con la jeringa, inhalando el agua hacia la fosa nasal y así cae hacia la garganta. Bote después el agua por la boca (utilice al menos 1 taza –250 cc– de salmuera tibia en cada lavado).
- Mientras más veces se lave, menos posibilidad existe que se tapen las fosas nasales.
- Aseos de ambas fosas nasales con cotonitos húmedos 3 a 4 veces al día, evitando que se formen costras o se acumule mucosidad en las ventanillas nasales o en los puntos. Recordar que se puede respirar a través de los tapones nasales.
- Aplicar Mupirocina en ungüento luego de cada aseo para evitar la infección de la piel.

### **DURANTE LA PRIMERA SEMANA LUEGO DE LA CIRUGÍA:**

- Es normal tener hinchazón, moretones y sensibilidad alterada en el labio superior, paladar y dientes superiores, va mejorando en el transcurso de los días.
- Es habitual que exista dolor de cabeza, cefalea o sensación de presión nasal, debido al uso de los tapones nasales. Utilice los analgésicos indicados.
- A los 7 días de la cirugía, en el primer control postoperatorio, se retiran los tapones nasales.

**En caso de sangramiento activo (sangre fresca o coágulos) acudir inmediatamente a la Urgencia y avisar a su cirujano.**

Dra. M. Pía Vallejos Ulloa  
Otorrinolaringóloga