

DESPUES DE LA CIRUGÍA

Use **COMPRESAS FRÍAS** cambiándolas **“INMEDIATAMENTE AL CALENTARSE”** los primeros **3 DÍAS (3)**. Las compresas frías son muy importantes ya que le ayudaran a tener menos hinchazón. Recuerde que cada paciente es distinto y cada uno se hincha mas o menos, aún después del mismo procedimiento. Duerma con la **CABEZA ELEVADA** con 2 almohadas (30 grados). Puede caminar en su casa, **EVITAR HACER ESFUERZOS, AGACHARSE Y DOBLARSE, EVITAR EL SOL**, utilizar gafas oscuras.

CUIDADO DE LAS HERIDAS

Limpie las heridas con **AGUA OXIGENADA** y **COTONETES (4 VECES AL DIA)**. Aplique la crema antibiótica, vaselina o vitacilina en el área de la herida después de cada limpieza. Coloque gotas antibióticas y lubricante de ojos como se indica.

MAQUILLAJE

Evite las sombras y líneas por lo menos DIEZ (10) días después del procedimiento, puede aplicarse maquillaje en la cara, no en párpados, para cubrir la **decoloración normal**, el próximo día, teniendo mucho cuidados de no tocar las líneas de sutura.

LAVADO DE CABELLO Y LIMPIEZA CORPORAL

Puede lavarse el cabello con “champú para bebe” al día siguiente de la cirugía, con la cabeza hacia atrás, como en la estética. Limpiar las pestañas con cotonete, humedecido con solución fisiológica. Bañarse con agua tibia a partir del segundo día de postoperatorio, evitar que sean prolongadas, sin mojarse la cabeza.

SUTURAS

Las suturas son cortadas al entre el quinto y séptimo día, recuerde que es normal el enrojecimiento de las líneas de sutura, especialmente en los lados del párpado

TRABAJO

El regreso al trabajo depende del tipo de trabajo que realice. También depende de sentirse usted cómodo con la decoloración en el área de los ojos. Planifique para su recuperación al menos siete días fuera del trabajo.

PRIMERA CITA	SEGUNDA CITA	TERCERA CITA
7º día - Remover suturas	14 días evaluación de las Heridas	1 mes, ver evolución
Puede ser visto tanto como necesite. Es NORMAL un sangrado leve los primeros dos días de su operación así como un poco de visión borrosa luego de la operación debido a la hinchazón. Es muy importante que nos informe de datos ANORMALES como HINCHAZON SEVERA, HEMATOMA, DOLOR INTENSO (que no ceda con analgésico) CAMBIOS DE LA VISION.		

PRIMERA SEMANA		SEGUNDA SEMANA	
Si Hacer	No Hacer	Si hacer	No Hacer
Duerma boca arriba con la cabeza elevada Compresas frías en ojos por 3 días Comidas suaves, no picantes, grasas o condimentadas Limpie la entrada de los ojos con agua oxigenada mínimo (4) veces al día y aplique pomada	No jale los hilos No se agache o esfuerce demasiado No use maquillaje en pestañas, y evítelo en ojos. No use bolsas de hielo, use compresas solamente No cocinar, ni lugares calurosos No se exponga al Sol	Puede comenzar a usar un poco maquillaje (no en la herida) Continúa limpiando 2 a 3 veces por día Puede comer normalmente Continúe durmiendo con la cabeza elevada	No use lentes sobre su nariz por seis (6) semanas No se esfuerce ni ejercite fuertemente No toque sus párpados constantemente No se exponga al sol si tiene algún moretón