Cosmetic and Reconstructive Surgery of the Eye Region
PLASTIC EYE SURGERY ASSOCIATES, PLLC
www.plasticeyesurgery.com

JAMES R. PATRINELY, MD, FACS
CHARLES N.S. SOPARKAR, MD, PhD, FACS

3730 KIRBY DRIVE, SUITE 900, HOUSTON, TX 77098
TELEPHONE (713) 795-0705 • FAX (713) 807-0630

INSTRUCCIONES Despues De Una Semana De Cirugia

FELICIDADES! Has cumplido con la parte mas exigente de tu recuperacion, pero lo que haces apunto de hoy aun tiene un impacto significante en tu sanamiento.

1. **POMADA ANTIBIOTICO:** Si usted esta usando **UNGUENTO ANTIBIOTICO** para sus ojos, puede dejar de usarlo, si desea. Espere que su vision este algo borrosa por un plazo de aproximadamente 3 dias despues de parar el uso del unguento.

2. **PILDORAS ANTIBIOTICAS:** Porfavor **TERMINE** tomando todas las **PILDORAS ANTIBIOTICAS** que se le han recetado, si aun le quedan por terminar.

3. **MEDICAMENTOS:** Si aun no ha continuado de tomar sus **MEDICAMENTOS USUALES**, incluyendo anticoagulantes, gotas para los ojos, o aspirina puede **REASUMIR** ahora.

4. **SUPLEMENTOS VITAMINICOS:** Si decidio tomar **SUPLEMENTOS VITAMINICOS** para disminuir moretones, porfavor siga las instrucciones para **COMPLETAR** de tomarselos como es debido.

5. **MORETONES**: Si aun tiene moretones, debe **CONTINUAR** con las **COMPRESAS TIBIAS** directamente sobre los moretones. Cuanto mas lo haga, mas rapido se va el descoloramiento de sus moretones. Sin embargo, tome en cuenta que las compresas tibias le aumentaran el hinchazon en los parpados hoy, pero disminuyen el tiempo de los moretones en sus parpados a lo largo. **NO USE COMPRESAS FRIAS**, ya que estas disminuyen el proceso de sanamiento.

6. **MAQUILLAJE**: No apliqué **MAQUILLAJE** sobre sus heridas por 3 dias despues de que sus suturas hayan sido removidas, o puede tatuar sus heridas para siempre!

7. **LENTES DE CONTACTO: EVITA LOS LENTES DE CONTACTO** por 3 semanas despues de su cirugia. (2 semanas despues de que se hayan removido las suturas).

8. **GENTIL**: Sea **GENTIL** con sus heridas. Incisiones en los parpados pueden abrirse hasta 3 semanas despues de su cirugia, asi que porfavor, **NO** hay que practicar kick boxing o clavados al agua desde altas alturas.

9. **PROCTECTORES OCULARES/LENTES DE SOL:** Para prevenir traumas involuntarios por la noche. Continúe usando los protectores oculares o lentes de sol mientras duerme durante otras 2 semanas a partir de hoy.

10. **EVITE EL SOL:** Evite sol y los rayos ultravioleta por 3 meses despues de su cirugia. Lentes obscuros y/o una cachucha/sombrero con frente obscura es recomendada. Una frente color clara reflejara la luz de nuevo hacia su cara asi que una frente color obscura es recomendada. Bloqueador solar alrededor de los ojos es generalmente no sugerido ya que este podria escurrirse hacia los ojos y causar irritacion en su incision.

11. **EJERCICIOS DE COMPRESION:** Si se le ha ordenado a apretar los parpados juntos como ejercicio para ayudar en su recuperacion hagalo repetidamente durante el dia. Cuanto **MAS** vezes lo haga durante el dia **MEJOR** se sentiran sus parpados. Los ejercicios empezaran en 2 semanas (14 dias) después de la ciguria.

12. **MASAJE:** Si se le an ordenado a **MASAJEAR** sus heridas hagalo frecuentemente. Cuanto **MAS** vezes masaje, mas **RAPIDO SANARAN** sus heridas. Puede empezar sus masajes en 2 semanas de la fecha de esta visita de hoy (tecnicamente la cual serian 3 semanas despues del dia de su cirugia). Se sugiere que se masaje un billon de vezes al dia. De las billon de vezes al dia, va a aplicarse aceite de Vitamina E en el punto final de la incision 2 vezes al dia. Puede obtener la vitamina E en cualquier establecimiento en el cual se vendan vitaminas. Es preferible y recomendado usar la Vitamina E en capsula ya que es mas pura y efectiva para obtener mejores resultados.

13. **ACTIVIDAD:** Resuma ACTIVIDAD total (ej: ejercicios) 10 dias despues de su cirugia. Si siente presion detras de el area en la cual se le opero, pare un poco la actividad por unos cuantos dias.

14. **NADAR:** Usted puede nadar en agua manza 3 semanas despues de su cirugia.

© PLASTIC EYE SURGERY ASSOCIATES, PLLC