



Dr. LONGTON
- CIRUGÍA ESTÉTICA -

INDICACIONES PARA SU ALTA

CIRUGÍA NASAL

RINOPLASTÍA
SEPTOPLASTÍA
RINOSEPTOPLASTÍA
CORNETES

INDICACIONES GENERALES	
REPOSO	<ul style="list-style-type: none">● La cama no es parte de postoperatorio normal● Debe levantarse el día de su cirugía o a más tardar el día siguiente● No podrá manejar por un lapso variable (aprox 4 días)● No cargue más peso que una cartera.● Uso de Medias antiembólicas (blancas) 24/7 x 1 semana
FORMA DORMIR	<ul style="list-style-type: none">● Dormir boca arriba o de lado por al menos 3 semanas, idealmente no apoyar la nariz en almohada.● No puede dormir boca abajo al menos por 4 semanas
ALIMENTACIÓN	<ul style="list-style-type: none">● Consuma abundante líquido● Después de una cirugía plástica NO es necesario seguir un régimen estricto pero sí debe alimentarse de manera balanceada
DUCHA	<ul style="list-style-type: none">● Ducharse del cuello para abajo al día siguiente de la operación.● Lavarse el pelo echando cabeza para atrás o peluquería.● NO MOJAR la férula nasal la primera semana.● Las duchas son cortas y con agua TIBIA● La primera ducha idealmente debe ser acompañada por el riesgo de mareos o desmayos.● No cerrar el baño con llave, en caso de requerir ayuda.● Al quedar sólo con tela Micropore la segunda semana la ducha puede ser normal. Secar parches con secador de pelo.

INDICACIONES GENERALES (continuación)	
NARICERA	<ul style="list-style-type: none">• Cambio de Gasa naricera según necesidad en caso de sangrado los primeros 2-3 días.• Pegar gasa con tela Micropore a los pómulos.• Estornudar por la boca (boca abierta).• No sonarse por 4 semanas.
ACTIVIDAD DEPORTIVA	<ul style="list-style-type: none">• El deporte hace subir la frecuencia cardiaca y la presión arterial, pudiendo generar mayor inflamación y gatillar un hematoma.• Podrá iniciar caminatas, elíptica o bicicleta estática suave y progresivamente a partir de la 4^o semana.• Es normal sentir sensaciones extrañas en la piel (clavadas, hormigueo) y tener un leve inflamación tras el inicio del deporte.
ACTIVIDAD SEXUAL	<ul style="list-style-type: none">• Retomar suavemente desde la 2^a semana si todo va bien
OTROS CUIDADOS	<ul style="list-style-type: none">• Usar ICE-PACK (Gel Azul) 4-5 días posteriores a la cirugía:<ul style="list-style-type: none">○ Usar 15 min y descansar 45 minutos○ Repetir 10 veces al día.• Aplicar poniéndolo de forma oblicua en la cara, de forma que cubra el pómulo, canto interno del ojo y entrecejo.• No tomar SOL por ningún motivo mientras haya moretones.• Al salir, usar protector solar 50 FPS.

INDICACIONES GENERALES (continuación)	
KINESIOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none">● En caso de rinoplastía, es recomendable que se realice 5-10 sesiones de Kinesioterapia, que consisten en<ul style="list-style-type: none">○ Masajes○ Ultrasonido y Radiofrecuencia○ Ejercicios Terapéuticos● Debe UD coordinar las sesiones de antemano con Kn. Patricia Salvatierra<ul style="list-style-type: none">○ Whatsapp:+569-82177551○ Email: kine.salvatierra@gmail.com● Debe iniciar sus terapias de kinesiología DESPUÉS del 1º Control con el Dr. Longton a la semana postop.
RESULTADOS	<ul style="list-style-type: none">● Los resultados de una cirugía plástica NO son posibles apreciarlos durante los primeros meses después de su cirugía, puede que ud. encuentre poco satisfactorios o fuera de lo que ud se esperaba.● Es importante que le plantee sus miedos a su doctor entendiendo que NO se pueden juzgar, en general, los resultados hasta que haya terminado la cicatrización, hinchazón u otros procesos normales en una cirugía plástica.● Las complicaciones que puedan ocurrir durante su postoperatorio pueden generar ansiedad y temor, lo que es entendible, su cirujano plástico es la persona más capacitada para tratarlas.
COSAS ESPERABLES	<ul style="list-style-type: none">● Existen situaciones esperables dentro las que podemos nombrar:<ul style="list-style-type: none">○ Hinchazón importante de la cara (NO sirven diuréticos)○ Asimetría leve○ Salida de líquido sanguinolento de la nariz x 2-3 días.○ Cansancio y sueño, dolor de cabeza leve a moderada○ Telas con manchas con sangre.○ Adormecimiento o Picazón de la zona operada○ Sensación de líquido o burbujas y electricidad○ Moretones (Equimosis), los que van bajando por la cara.○ Visión borrosa y sangre en la conjuntiva (parte blanca del ojo)○ Lágrimas con sangre.● En caso de DUDAS, anotarlas para conversarlas en el control.
SIGNOS DE ALARMA (URGENCIA)	<ul style="list-style-type: none">○ Asimetría severa○ Fiebre > 38°C en 2 oportunidades separadas de 2 hrs○ Pérdida de conciencia○ Sangrado abundante○ Dolor excesivo que no cede 1 hr después de tomarse medicamentos de rescate de dolor indicados○ Dificultad respiratoria moderada o severa● En cualquiera de estos casos comunicarse con:<ul style="list-style-type: none">○ Dr.Longton +569-90994200● En caso de no lograr comunicarse acudir a Urgencia más cercana.

CONTROLES								
SECUENCIA DE CONTROLES EN CASO DE EVOLUCIÓN ADECUADA	<ul style="list-style-type: none">• Ud va a requerir una serie de controles que son muy importantes de cumplir para tener una mejor evolución y resultados• Los controles que son más importantes son los siguientes:							
	<table border="1"><thead><tr><th>Nº CONTROL</th><th>TIEMPO DESPUÉS DE SU CIRUGÍA</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>6-9 días</td></tr><tr><td>2</td><td>4-6 semanas</td></tr><tr><td>3</td><td>3 meses</td></tr></tbody></table>	Nº CONTROL	TIEMPO DESPUÉS DE SU CIRUGÍA	1	6-9 días	2	4-6 semanas	3
Nº CONTROL	TIEMPO DESPUÉS DE SU CIRUGÍA							
1	6-9 días							
2	4-6 semanas							
3	3 meses							
	<ul style="list-style-type: none">• En caso que el Dr. Longton lo estime, puede ser que se requieran más controles, especialmente durante los primeros 2 meses desde su cirugía en caso de evolución atípica.							
COSTOS ADICIONALES	<ul style="list-style-type: none">• En caso de necesitar procedimientos auxiliares -como curaciones, resuturas o inyección de corticoides, ácido hialurónico, entre otros- éstos sí generan un cobro de parte de la clínica, por concepto de uso de sala de curaciones, materiales clínicos o costo de insumos como corticoides.• En CLÍNICA CORDILLERA debe solicitar su hora a través de:<ul style="list-style-type: none">◦ Call Center +56-2-2834 7500◦ Página web https://agenda.interclinica.cl/cordillera• Al presentarse con secretaria avisar que se trata de control postoperatorio precoz hasta 3er mes.							

ESTAMOS FELICES DE QUE NOS HAYAS ELEGIDO

**NOS ENCANTARÍA QUE NOS DEJES TUS
COMENTARIOS:**

GOOGLE: DR. CRISTÓBAL LONGTON

INSTAGRAM: @DRLONGTON

DR. CRISTÓBAL LONGTON B.

RUT 13989920-2

RCM 25997-7

Cirujano Plástico

DATOS			
NOMBRE		FECHA	
DIRECCIÓN		RUT	

Rp.

	ARCOXIA 120 MG (Etoricoxib) 1 comprimido al día vía oral x 7 días
	PARACETAMOL 1000 MG <ul style="list-style-type: none">• 1 comprimido cada 6 horas via oral x 7 días
	XARELTO 10 MG <ul style="list-style-type: none">• 1 comprimido al día vo x 10 días
	NEFERSIL FAST 125 MG (Clonixinato de Lisina) <ul style="list-style-type: none">• 1 comprimido cada 8 horas via oral x 5 días
	ARNIKADERM o ARNIKAGEL <ul style="list-style-type: none">• 1 aplicación cada 8 hrs tópico x 7-14 días
	CONTUMAX (Macrogol 3350) <ul style="list-style-type: none">• 1 sobre disuelto en vaso de agua cada 12 hrs x 5-7 días
	TRAMAL LONG 50 MG <ul style="list-style-type: none">• 1 comprimido cada 12 horas vía oral x 2-3 días SOLO EN CASO DE MUCHO DOLOR
	STERIMAR (solución fisiológica nasal) <ul style="list-style-type: none">• 1 puff 2-3 veces al día por 21 días
	ILIADÍN (Oximetazolina) <ul style="list-style-type: none">• 1 Puff en caso de obstrucción nasal severa x 7-10 días, máximo 3 al día.
	OTRO: _____



Dr. Cristóbal Longton B.

RUT: 13.989.920-2

RCM: 25997-7

DR. CRISTÓBAL LONGTON B.

RUT 13989920-2

RCM 25997-7

Cirujano Plástico

DATOS			
NOMBRE		FECHA	
DIRECCIÓN		RUT	

Dg: Linfedema

Rp.

	2EVALUACIONES KINÉSICAS
	_____ SESIONES DE KINESITERAPIA <ul style="list-style-type: none">• DL• RF• UT• US• TENS
	OTRO: _____



Dr. Cristóbal Longton B.

RUT: 13.989.920-2

RCM: 25997-7