



## **CONSEJOS POSTERIORES A LA REALIZACIÓN DEL PROCEDIMIENTO CIERRE PERFORACIÓN SEPTAL**

Estimado paciente,

Usted se acaba de intervenir del procedimiento denominado Cierre Perforación Septal, y como consecuencia, debe conocer los siguientes aspectos relacionados con su curación y su responsabilidad para que el resultado de la cirugía sea el óptimo. Recuerde que una cirugía o un tratamiento médico ejecutado con la mayor corrección puede no dar el resultado deseado debido a un mal cumplimiento por parte del paciente.

### **REINCORPORACIÓN A LA VIDA LABORAL**

Después de este procedimiento, se considera habitual poder volver a reiniciar su actividad laboral normal al cabo de los 7-8 días, aunque existen casos con recuperación más lenta de lo habitual que pueden requerir hasta incluso 3-4 semanas para lograrlo. El tipo de actividad laboral puede ser muy diferente entre pacientes, por lo que le aconsejamos que consulte a su médico según su tipo de trabajo.

### **REINCORPORACIÓN AL EJERCICIO FÍSICO HABITUAL**

Después de este procedimiento, se considera habitual poder volver a reiniciar su actividad física normal al cabo de los 7 días, aunque existen casos con recuperación más lenta de lo habitual que pueden requerir hasta incluso 3-4 semanas para lograrlo. Para que pueda tener una referencia, se adjunta el tipo de ejercicio y el tiempo que se aconseja estar sin practicarlo:

- Actividad aerobia suave (caminar, pasear, pilates, yoga): 7 días
- Actividad aerobia exigente (correr, bicicleta): 21 días o hasta retirada de férula interna.
- Actividad anaerobia (pesas, Cross training, etc.): 21 días o hasta retirada de férula interna.

### **DIETA RECOMENDADA**

Se recomienda el consumo de una dieta normal, fría y sin picantes los próximos 3-5 días. Un ejemplo de dicha dieta puede ser:

Dieta Fría: agua, infusiones frías, leche y lácteos, batidos, yogures, cremas frías, gazpacho y en general el resto de los alimentos que ingerimos normalmente que no producen en nosotros la necesidad de sonarnos la nariz porque desencadenan el reflejo de secreción nasal como son los alimentos picantes y/o muy calientes (ejem. sopas).



## **TABACO Y VAPEADORES**

El consumo de tabaco se considera estrictamente prohibido tanto en las 2 semanas previas como en las 4 semanas posteriores al procedimiento que se va a realizar. No habiéndose demostrado la influencia del consumo de vapeadores durante la recuperación de este procedimiento, se aconseja la abstención o la reducción al mínimo posible en el consumo de estos dispositivos.

## **VIAJES**

Tras la realización de este procedimiento, se recomienda no tomar vuelos durante un periodo de 24-48h. Igualmente se recomienda que el paciente no conduzca durante los primeros 3 días desde la realización del procedimiento.

## **CURAS**

Las curas de las heridas deber ser realizadas por el propio paciente, y deben constar de:

1º Lavados o duchas nasales: Deben realizarse con suero fisiológico y una jeringa, para retirar los desechos de la cicatrización y la mucosidad nasal. Determinadas zonas pueden necesitar que se diluya agua oxigenada en el suero para eliminar las costras de manera más eficaz.

2º Desinfección: Las heridas deben desinfectarse 3-6 veces al día con pomada bactericida. Debe aplicarse abundante cantidad de forma directa, con un hisopo o bastoncillo de los oídos. Una vez aplicado, deberá dejarse secar de manera natural. A veces es necesario diluir esta pomada en suero fisiológico previamente calentado y utilizar la mezcla, una vez que se ha dejado enfriar, para lavarse la nariz y facilitar así la llegada del antiséptico local a todas las áreas de la cavidad nasal

## **HIGIENE PERSONAL**

Usted podrá realizar una ducha normal al cabo de las primeras 24 horas tras el procedimiento. Una vez termine la ducha, puede secarse con secador de aire frío la zona tratada. Podrá ducharse con normalidad al cabo de los 5-6 días tras el procedimiento.

## **RETIRADA DE PUNTOS**

De manera habitual, las suturas empleadas NO deben retirarse puesto que son reabsorbibles. Únicamente será necesaria la retirada del punto que sujeta en posición los dispositivos intranasales.



## **DISPOSITIVOS INTRANASALES**

Para la recuperación tras su procedimiento y la facilitación del cierre de la perforación, se le aconseja llevar unas placas plásticas internas para favorecer que el injerto se adhiera a los planos circundantes, así como para facilitar la granulación del área donante y evitar la formación de sinequias/pegaduras entre las paredes nasales. Deberá mantenerla hasta que transcurran entre 10-21 días, en dependencia de la técnica de cierre utilizada, evolución del proceso y del tamaño previo de la perforación. Estas placas serán retiradas en consulta.

## **MEDICACIÓN HABITUAL**

Para la recuperación tras el presente procedimiento, se recomienda la administración de ciertos medicamentos, como, por ejemplo:

- Antibióticos: durante el tiempo que permanezcan las férulas internas de la nariz
- Analgésicos: únicamente si existe dolor
- Antiinflamatorios: Evitar la aspirina por el riesgo de sangrado.
- Lavados nasales con suero fisiológico para mantener la higiene nasal un mínimo de 4-6 veces al día, siendo estos más frecuentes y necesarios en los primeros 7-10 días después del procedimiento.
- Pomadas humectantes bactericidas intranasales 4-6 veces al día hasta que desaparezca la aparición de costras intranasales.

## **POSIBLES COMPLICACIONES QUE PUEDEN APARECER**

A pesar de que la técnica quirúrgica haya sido la correcta puede persistir e incluso incrementarse la perforación nasal. Estas perforaciones pueden producir un ruido o un silbido característico, esencialmente si son pequeñas y anteriores.

Con frecuencia pueden dar lugar tendencia a la formación de costras y a un sangrado nasal, leve pero reiterativo, a lo largo del tiempo. Todo ello precisará lavados nasales y la administración de pomadas vaselinadas para mejorar los síntomas de sequedad nasal. Una de las complicaciones es la hemorragia, que se previene con el taponamiento nasal, pero que puede aparecer a pesar del mismo. En ese caso, a veces requiere sustituirlo por otro que garantice algo más de presión.

Excepcionalmente, pueda ser necesaria la revisión de la zona quirúrgica y el cambio del taponamiento.

Eventualmente pueda requerirse una transfusión sanguínea. Puede aparecer una infección de la cavidad operatoria o de las cavidades que rodean la fosa nasal, tales como los senos, lo que se conoce como una rinosinusitis.



En ocasiones, puede permanecer como secuela, cefaleas de intensidad y localización variables. Pueden formarse sinequias (bridas entre las paredes de la fosa nasal), que pueden requerir su sección en un segundo tiempo operatorio. Pueden aparecer también, trastornos del sentido del olfato.

También, producirse un defecto estético, como consecuencia de un trastorno de la cicatrización, tras la intervención quirúrgica. Pueden aparecer, además, alteraciones de la sensibilidad de la cara, labios o paladar.

### **VALORACIÓN DEL RESULTADO**

Debe saber que pueden pasar semanas o meses hasta que se consiga el cierre de la perforación septal. No se considerará la posibilidad de una reintervención para mejorar el resultado hasta que no pasen al menos 6-12 meses desde la realización del procedimiento inicial, dependiendo de la causa inicial o de la causa, si conocida, del defecto de cierre.

### **FORMA PACTADA DE CONTACTO CON EL CENTRO MÉDICO**

Se establece que en caso de presentar una posible complicación como las anteriormente descritas tanto en el consentimiento informado como en el presente documento, el paciente podrá ponerse en contacto con el Doctor/a \_\_\_\_\_ de la siguiente manera:

- Teléfono de urgencia
- Correo electrónico de urgencia:
- Horario de urgencias
- Lunes a Viernes: de \_\_: \_\_ horas hasta las \_\_: \_\_ horas
- Sábados: de \_\_: \_\_ horas hasta las \_\_: \_\_ horas
- Domingos y festivos:

En el caso en el que por una situación imprevista fuera imposible la atención por parte de su médico habitual, se acuerda que podrá acudir al servicio de Urgencias del centro hospitalario de

\_\_\_\_\_ con dirección

\_\_\_\_\_ .

Debe saber que el coste de la atención de urgencias por cualquiera de los posibles problemas citados previamente no está incluido en el presupuesto facilitado, y que usted deberá abonarlo al finalizar el proceso de atención de urgencias.



**OTRAS PARTICULARIDADES QUE DEBE TENER EN CUENTA EN SU CASO**

- 1º \_\_\_\_\_
- 2º \_\_\_\_\_
- 3º \_\_\_\_\_
- 4º \_\_\_\_\_
- 5º \_\_\_\_\_
- 6º \_\_\_\_\_
- 7º \_\_\_\_\_
- 8º \_\_\_\_\_
- 9º \_\_\_\_\_
- 10º \_\_\_\_\_

Fecha:

Firma paciente

Firma médico