

John Currens, MD  
Ronald Lane, MD  
Frank Melvin, MD  
Robert Moore, MD  
Ted Rheney, Jr., MD  
Jason Roberts, MD  
Stephen Seal, MD



Sinus Disorders  
Pediatric ENT Care  
Ear Injuries & Disorders  
Thyroid Problems  
Hearing Loss  
Facial Plastic Surgery  
Voice Disorders  
Acid Reflux

## Amigdalectomia y Adenoidectomia Instrucciones Postoperatorias Para el Hogar

### Actividad

- Puede caminar por su casa pero evite actividad rigurosa u agotadora por 2 semanas.
- Ningún ejercicio excesivo por 2 semanas.
- Puede cepillarse los dientes.
- Por lo menos una semana sin ir a la escuela o al trabajo.

### Dieta

- Evite productos lácteos (leches, yogures, etc.) por las primeras 12-24 horas.
- Beba muchos líquidos- Buenas opciones: Bebidas no gasificadas como Kool Aid, y Gatorade o similares.
- Una dieta fría y suave se recomienda por los primeros 7 días. Buenas opciones: paletas heladas, gelatina, pudines, cereales cocidos como Quaker, puré de patatas, huevos revueltos.
- No ingerir comidas ni bebidas calientes.
- Evite productos con tomate o jugos cítricos como la toronja o naranja pues puede quemar la garganta.
- Comer y beber ayuda en el proceso de curación y disminuye el dolor ya que ejercita los músculos de la garganta.

### Dolor

- Hielo alrededor del cuello le ayudara a sentirse mejor.
- Use la medicación para el dolor cuando tenga dificultad al tragar, dolor de oídos o no pueda dormir.
- Las pastillas Cepastat pueden ayudar con el dolor de garganta.
- **No use aspirina, ni Aspergum**, ya que estos productos incrementan el riesgo de sangrado.
- Puede usar Advil, Aleve, Motrin si se le ha indicado.

### Que Prever

- Las amígdalas estarán recubiertas con una película blancuzca o hasta grisácea, negra. Esto es parte del proceso natural de sanación.
- La bocas tendrá mal olor por varios días y esto es normal.
- Un dolor de oído es simplemente dolor referido de la garganta, puede desarrollarse y empeorar con los días subsiguientes.
- Los pacientes pueden experimentar una fiebre de bajo grado durante las primeras 48 horas.

### Cuando llamar a la Oficina

- Si hay sangrado excesivo por la nariz o boca, o inhabilidad de ingerir líquidos en 24 horas.
- Una fiebre de más de 102 grados Fahrenheit. Una febrícula (calentura de menos de 102) es normal el primer o segundo día.

1-800-228-3127 | AshevilleENT.com

**Asheville**  
1065 Hendersonville Rd  
Asheville, NC 28803

**East Asheville**  
1000 Centre Park Dr  
Asheville, NC 28805

**Brevard**  
188 Medical Park Dr #7B  
Brevard, NC 28712

**Hendersonville**  
709-D North Justice St  
Hendersonville, NC 28791

**Marion**  
20 Medical Park Dr #2  
Marion, NC 28752