



## RECOMENDACIONES DE CUIDADOS AL ALTA

### MICROCIRUGIA ENDOLARINGEA

- Desde el momento del alta debe permanecer en reposo domiciliario las primeras 24 horas después de la intervención. Evitará los esfuerzos físicos, como levantar pesos durante diez días..
- No puede conducir ninguna clase de vehículos ni utilizar maquinaria peligrosa hasta pasadas 24 horas de la intervención.
- No puede ingerir bebidas alcohólicas hasta pasados los tres primeros días.
- Evite hablar durante las primeras 72 horas y después evite conversaciones larga durante una semana. Cuando empiece a hablar evite forzar la voz, así como cuchichear. Evite el teléfono.
- Evitar ambientes de polvo, humo y ambientes de ruido. **ESTÁ FORMALMENTE CONTRAINDICADO EL CONSUMO DE TABACO EN EL POSTOPERATORIO.**
- Se recomienda humidificar las habitaciones de estancias prolongadas, tipo salón, dormitorio; para ello se puede poner botellas de agua cortadas, al objeto que la propia evaporación de la misma favorezca el aumento de humedad en la estancia.
- Es normal sentir cierto grado de adormecimiento en la lengua en ocasiones. Si tuviera movilidad en alguna de sus piezas dentarias haga dieta blanda y consulte a su estomatólogo.
- Son normales dolores musculares en brazos, piernas y tronco; desaparecen en pocos días.
- Beber abundantes líquidos (aproximadamente 2 litros de agua al día).
- Dieta normal, ligeramente blanda.
- Para el dolor tómese los calmantes indicados.
- En caso de fiebre mayor de 38° acuda a Urgencias o póngase en contacto con su médico, lo mismo que en caso de dolor muy intenso o dificultad respiratoria.