

# Septoplastia

## Recomendaciones de cuidados al alta

Servicio de Otorrinolaringología – Hospital Universitario Costa del Sol

Planta 1200/2200 – Hospitalización de ORL

Teléfono: 951 976 269

### 1. Qué es una septoplastia

La septoplastia es una intervención quirúrgica destinada a corregir la desviación del tabique nasal, con el objetivo de mejorar la respiración. En ocasiones puede combinarse con otras cirugías nasales (turbinooplastia, sinusitis, etc.).

### 2. Cosas a tener en cuenta tras la cirugía

- Desde el momento del alta debe permanecer en reposo domiciliario los primeros dos días después de la intervención.
- Evitará hacer esfuerzos físicos, como levantar pesos durante dos semanas.
- No puede conducir ninguna clase de vehículos ni utilizar maquinaria peligrosa hasta pasadas 72 horas de la intervención.
- No debe ingerir bebidas alcohólicas ni fumar.
- La dieta debe ser blanda y templada o fría, en cantidad moderada las primeras 24 horas después de la intervención.
- Es normal que tenga la boca reseca al no poder respirar por la nariz, así como algo de dolor e inflamación que cederá con los analgésicos que le hemos dado.
- Es recomendable dormir un poco incorporado.
- En caso de tener que estornudar lo hará con la boca abierta.
- No es conveniente sonar la nariz en los primeros 3 días; después, si el taponamiento se lo permite, puede sonar la nariz muy suavemente, sin forzar si encuentra dificultad.
- Deberá evitar el estreñimiento; en caso necesario utilizará laxantes suaves.
- Rezumará algo de sangre y secreciones por el taponamiento. Es normal. Si le resulta cómodo, puede colocar una gasa bajo la nariz, sujeta con esparadrapo de papel, para recoger las secreciones y cambiarla a menudo.
- Es normal que le lloren los ojos y tener una cierta sensación de taponamiento en los oídos.
- En caso de que antes de la intervención estuviera tomando aspirina u otro antiagregante, consultará con su médico el momento de reiniciar el tratamiento.

### 3. Signos de alarma

Acuda al servicio de urgencias o contacte con ORL si presenta:

- Sangrado nasal abundante o persistente.

- Dolor facial intenso que no cede con medicación.
- Fiebre alta (>38,5 °C) o secreción purulenta con mal olor.
- Alteraciones visuales, hinchazón facial o salida de líquido claro por la nariz.

#### **4. Medicación**

Tome la medicación indicada en el informe de alta (analgésicos, antibióticos o corticoides nasales).

No utilice sprays descongestionantes ni otros medicamentos sin prescripción médica.

Si se le han pautado lavados nasales o pomadas, siga las indicaciones de frecuencia y duración.

#### **5. Actividad y reposo**

Mantenga reposo relativo los primeros 7-10 días.

- Evite esfuerzos físicos, ejercicio intenso o exposición prolongada al calor.
- La reincorporación laboral dependerá de la evolución, habitualmente tras 10-14 días.

#### **6. Revisión y seguimiento**

Se realizará una revisión en el Servicio de Otorrinolaringología según la cita indicada en el alta. Traiga el informe médico y la medicación que esté utilizando.

#### **7. Contacto**

Servicio de Otorrinolaringología

Hospital Universitario Costa del Sol – Marbella

Planta 1200/2200 (Hospitalización ORL)

Teléfono de secretaría: 951 976 269

Web: <https://www.hcs.es>

♥ Recuerde: La septoplastia mejora la respiración nasal y la calidad de vida. Siga las recomendaciones y acuda a sus revisiones para una recuperación completa.