

## RECOMENDACIONES DE CUIDADOS TRAS EL ALTA ESTAPEDOTOMÍA/ESTAPEDECTOMÍA (OTOSCLEROSIS)

- 1- Reposo domiciliario durante 3 días, y luego relativo, evitando realizar esfuerzos físicos, como levantar pesos o hacer deporte, durante 2 semanas.
- 2- Dieta blanda y en cantidad moderada las primeras 24 horas y luego dieta normal.
- 3- Debe evitar mojarse el oído hasta que su médico se le indique.
- 4- Debe evitar dormir sobre el lado operado.
- 5- Debe evitar los ruidos fuertes y los ambientes ruidosos.
- 6- No debe viajar en avión/helicóptero hasta al menos transcurrido un mes desde la intervención.
- 7- Es posible que tenga alguna molestia o dolor leve; tome los calmantes indicados.
- 8- Es normal si el primer día le sale del oído alguna secreción o algo de sangre, y en menor cantidad durante los días siguientes. Puede tapárselo con un algodón y cambiar éste cada vez que se le manche.
- 9- Es normal si nota inestabilidad o mareos; evite realizar movimientos bruscos de la cabeza, guarde reposo y tome la medicación indicada. Vaya acompañado al bajar escaleras, y no conduzca ninguna clase de vehículos ni utilice maquinaria peligrosa hasta que se lo autorice su médico.
- 10- Puede notar sensación de taponamiento, peor audición, zumbidos o resonancia de su propia voz, suele ser transitorio.
- 11- Estornude sin taparse la nariz y con la boca abierta; si tiene que sonarse la nariz, hágalo suavemente. Evite el estreñimiento; si es necesario, tome laxantes suaves.
- 12- En caso de que presente sangrado o secreción abundante por el oído, vértigo intenso con vómitos, dolor muy intenso que no ceda con los analgésicos recomendados, o fiebre superior a 38°C, deberá acudir a Urgencias.