

# Después de una cirugía para tratar la apnea del sueño

Algunos procedimientos para tratar la apnea del sueño se hacen en el consultorio del proveedor de atención médica. Otros se hacen en un hospital o en un centro quirúrgico ambulatorio. Si le hacen un procedimiento en un hospital, tal vez tenga que pasar 1 o 2 noches internado. Asista a las visitas de seguimiento con el cirujano después del procedimiento según le hayan indicado.



## Notas sobre la cirugía

Independientemente del tipo de cirugía que le hagan para los ronquidos o la apnea, tenga presente lo siguiente:

- No existe ninguna garantía de que la cirugía solucione el problema. A veces la cirugía logra eliminar los ronquidos o la apnea. Pero no ambos problemas. Tendrá que hacerse un estudio de seguimiento del sueño. Se hace para verificar los efectos de la cirugía. También para decidir qué otro tipo de tratamiento podría necesitar.
- Es posible que haya más de una obstrucción. Por lo tanto, quizás necesite más de un procedimiento.
- Podría combinarse la cirugía con otros tipos de tratamiento.
- Cualquier cirugía tiene un riesgo de complicaciones. Por ejemplo, sangrado e infección.

## Recuperación de una cirugía

Después de la cirugía, quizás tenga la nariz, la garganta o el maxilar doloridos durante algunos días a varias semanas. Quizás tarde semanas o meses en recuperarse por completo. Durante este período, es posible que tenga que limitarse a comer solo alimentos blandos:

- **Tome nota de los cambios.** Usted y su pareja deben prestar atención a cualquier cambio en su manera de dormir y en su salud. ¿Qué mejoró? ¿Cuánto mejoró? ¿Hay algo que haya empeorado? Considere llevar un registro diario. Muéstreselo al proveedor de atención médica en las visitas de seguimiento.

- **Ajustes de la presión de aire.** Si usa un dispositivo de presión positiva continua en las vías respiratorias (CPAP, por su sigla en inglés) después de la cirugía, pregúntele al cirujano cuándo debe comenzar a usarlo de nuevo después de la cirugía. Mantenga informados al cirujano y al proveedor de atención médica acerca del funcionamiento del CPAP. Si le causa alguna incomodidad, pida que lo ajusten.
- **No fume.** No fume antes de la cirugía ni después del procedimiento. El cigarrillo reduce el flujo de sangre hacia la piel. También retrasa la cicatrización de heridas. La nicotina de cualquier fuente (cigarrillos, cigarrillos electrónicos, parches o tabaco para mascar) también retarda la cicatrización. Únase a un grupo para dejar de fumar y, así, aumentar sus probabilidades de lograrlo.