

INSTRUCCIONES PREOPATORIAS Y POSTOPATORIAS PARA PACIENTES DE TRASPLANTE DE CABELLO

Restaurar el cabello es un proceso delicado. El que usted se adhiera a las siguientes instrucciones garantizará que se obtengan los mejores resultados.

Instrucciones Preopatorias:

- **Por diez días antes de su procedimiento:** no tome Aspirina, Vitamina E, ginkgo biloba, ni ninguna multivitamina (aquellas que contienen Vitamina E). Muchos medicamentos contienen aspirina, por lo tanto, asegúrese de leer todas las etiquetas de las medicinas. Puede usar acetaminofen (por ejemplo Tylenol) en lugar de aspirina.
- **Por tres días antes del procedimiento,** no tome antiinflamatorios (ibuprofen), evite beber alcohol y no se queme con el sol.
- **Deje de usar minoxidil (Rogaine®)** 3 días antes de su procedimiento.
- **Haga arreglos para que le lleven a su casa** si va a recibir sedantes durante el procedimiento. El Dr. Epstein y usted decidirán qué tipo de medicinas recibirá.
- **Si no vive en esta ciudad,** nuestra oficina le facilitara información de hoteles cerca del consultorio.
- **Si tiñe su cabello,** asegúrese de darle color 3 días o más antes de su procedimiento. Podrá teñirlo de nuevo 3 semanas después del procedimiento.
- **Para cicatrizar lo mejor posible,** por favor evite fumar por una semana antes y una semana después del procedimiento.
- **Vitamina C (1000-2000 mg al día)** tomar una semana antes del procedimiento. Esto lo ayudara a cicatrizar.
- También, para reducir la incidencia de sangradura durante el procedimiento, tome **Vitamina K,** 50 a 80 microgramos cada día, cinco días antes y dos días después de su procedimiento.

El día de su procedimiento:

- **Consuma un desayuno ligero y normal, pero sin café o bebidas con caféina** en la mañana por que estas sustancias aumentan sensibilidad a las medicamentos.
- **Debe tomar la mañana de su procedimiento las medicinas que toma rutinariamente** por prescripción (por ejemplo., para la presión.
- **Venga a la oficina con una camisa abotonada en el frente,** mejor que un pulóver. Quítese todas las prendas, reloj, etc.
- **Venga preparado** para quitarse los lentes de contacto antes del procedimiento.
- **Siéntase con libertad de traer música** en CD o cintas grabadas que desee escuchar durante el procedimiento.

____ (Por favor firma con iniciales)

6280 Sunset Drive, Suite 504, Miami, FL 33143 • (305) 666-1774
60 E. 56th Street, Third Floor, New York, NY 10022 • (212) 759-3484
Toll free (800) 370-2883 • Fax (305) 666-6708
Miami • New York • Boca Raton • Tampa • Los Angeles

Instrucciones Postoperatorias:

Medicamentos: Estas son los medicamentos que pueden ser prescritos. Si no puedes tomarlos (por ejemplo de alergia) por favor, notificarnos antes de su procedimiento.

Yo confirmo que los medicamentos abajo serán prescrito a mi. _____ (por favor firma)

_____ **Keflex** – antibiótico para prevenir infección. Tome una pastilla dos veces al día por tres días.

_____ **Tylenol #3** - una medicina leve para el dolor que contiene codeína. Tome una a dos pastillas cada cuatro a seis horas según la necesite. Advil (Ibuprofen) y Tylenol también son muy efectivas.

_____ Otra _____

Sueño y Actividad

- **Duerma con la cabeza elevada** sobre varias almohadas o duerma en un sillón reclinable para evitar la inflamación y coloque una toalla debajo de su cabeza por las primeras tres noches.
- **Use en todo momento** por los tres primeros días la banda elástica que se le ha dado para evitar la inflamación. Puede quitársela por no más de quince minutos seguidos (por ejemplo para darse una ducha).
- **Evite cualquier actividad física** extenuante los primeros dos días para evitar perder los injertos o aumentar la inflamación. Después de cinco días, puede volver a levantar pesas, hacer ejercicios fuertes, etc. Espere diez días para nadar.
- **No se ponga directamente** al sol por mas de treinta minutos durante los primeros cinco días. Utilizar un sombrero brinda protección adecuada.

Cuidados y Limpieza del Cuero Cabelludo

- **Se le limpiará el cuero** cabelludo antes de que se marche de la oficina el día del procedimiento. A veces hay un pequeño sangramiento en varios de los lugares de los injertos durante las primeras 24 horas. Simplemente aplique presión suave con un paño o gasa limpia por diez minutos.
- **La mayoría de los pacientes regresan a la oficina** el primer o segundo día después del procedimiento para que les laven el cabello.

- Si usted no va a venir a la oficina para que le laven el cabello, puede lavarlo con suavidad a partir del segundo día como sigue:
 - Utilizando un recipiente, **mójese la cabeza** en la ducha con agua fresca o tibia, dejando que le caiga en el cuero cabelludo (por arriba, los lados y por detrás)
 - **Usando un champú suave, enjabónese** las manos y con suavidad dé palmaditas en el área de los injertos, mientras frota suavemente en las otras partes del cuero cabelludo, incluyendo los lados y detrás. Asegúrese de lavar bien las áreas de los puntos.
 - **Suavemente** enjuague el champú y séquese con palmaditas.
 - Está permitido **peinarse** al tercer día siempre que se haga con suavidad.
 - **Continúe** esta rutina diariamente por los primeros cinco días. Después, puede comenzar a frotar suavemente el área de los injertos para ayudar a desprender las postillas y tome una ducha normal.
- **Las postillas que aun tenga** después de ocho días debe quitarlas frotando. No lo haga si siente cualquier dolor o si sangra. En ese caso espere dos días más.
- **La mayoría de nuestros pacientes que viajan a nuestra oficina(s)** reciben suturas o puntos absorbibles, los cuales no hay que remover. Si usted recibió suturas no-absorbibles entonces se los tiene que remover de 10 a 12 días después de su procedimiento en nuestra oficina o con el estuche que le facilitamos.
- Regrese a la oficina para quitarle los puntos el _____.

GraftCyte para el Cuidado Postoperatorio

GraftCyte puede acelerar el proceso de cicatrización de las áreas del injerto debido a una combinación del cobre que contiene y de su habilidad para mantener el área húmeda.

- Durante el tiempo que esté despierto, rocíe GraftCyte en el área de los injertos cada 30 – 60 minutos por los primeros 3 días. Si está usando las vendas GraftCyte, aplique las 3 vendas por 30 minutos a las áreas de injerto apretando suavemente cada unos cuantos minutos para que la medicina se quede en el cuero cabelludo. Aplique las vendas una vez el día del procedimiento, entonces en el primero y segundo día después del procedimiento, hágalo tres veces al día.

Qué esperar

- Es común y normal el **entumecimiento** en los sitios de los injertos y encima de la línea de la herida. Tomará varias semanas, u ocasionalmente, varios meses para resolverse.
- **El cabello trasplantado** a veces se cae cuando se caen las postillas a los cinco a siete días. **NO SE ASUSTE**, porque estos son solamente los tallos capilares, mientras que los folículos pilosos se quedan en el cuero cabelludo. En tan poco tiempo como dos a tres meses los nuevos tallos capilares comenzarán a crecer *de forma natural* y continuarán creciendo a un paso normal de ½ a 1 pulgada al mes. Raramente, pudiera tomar hasta seis a nueve meses para que crezca todo el cabello.
- **Para acelerar el crecimiento del nuevo cabello** yo recomiendo a todos los pacientes hombres que comiencen a aplicarse 5% minoxidil (Rogaine® Extra Fuerte) una o dos veces al día comenzando la tercera semana después del procedimiento. Las pacientes mujeres deben usar el minoxidil al 2%. Una vez que el cabello esté creciendo, en unos 3 meses, el minoxidil puede dejarse y el cabello trasplantado continuará creciendo. Algún paciente ocasional es sensitivo al minoxidil (palpitaciones, mareo, picazón en el cuero cabelludo) en cuyo caso lo debe dejar.
- **Sea paciente** y espere a que el cabello crezca. Cuando comience a brotar del cuero cabelludo, ocasionalmente también verá unos barritos como de acné. Si esto sucede, aplique compresas de agua tibia y crema antibiótica varias veces al día por 2-3 días.
- **Hay varias maneras** de ocultar postillas visibles. Se le dará un pañuelo para que use cuando salga de la oficina, después del segundo día, puede usar un sombrero. Si ya usted tiene algo de cabello, las postillas pueden usualmente ocultarse usando Toppik, un polvo que se aplica en el área de injertos. Se puede conseguir a través de la oficina, Toppik puede aplicarse tan pronto como el tercer día después del procedimiento.

The Florida offices of the surgeons of Foundation for Hair Restoration are regulated pursuant to the rules of the Florida Board of Medicine as set forth in the Rule Chapter 64 B8 FAC.

Por favor no dude en comunicarse conmigo con cualquier pregunta o preocupaciones. Después de horas laborables o durante los fines de semana, puede comunicarse conmigo llamando al (305) 310-6361. Esta oficina está aquí para ayudarle y asegurar que el curso después de su procedimiento vaya tan bien como el procedimiento.

EN CASO DE EMERGENCIA, LLAMA 911

Yo, _____ declaro que he recibido cuatro paginas de estas instrucciones.

Firma del paciente

Fecha

6280 Sunset Drive, Suite 504, Miami, FL 33143 • (305) 666-1774
60 E. 56th Street, Third Floor, New York, NY 10022 • (212) 759-3484
Toll free (800) 370-2883 • Fax (305) 666-6708
Miami • New York • Boca Raton • Tampa • Los Angeles