

Instrucciones Postoperatorias Para la Cirugía

¿Cómo voy a cuidar de mi incisión (s)?

- Tegaderm (plástico transparente) y la gasa se pueden quitar 48 horas después de la cirugía. No es necesario sustituir estos a menos que específicamente para hacerlo.
- Si tiene Steri-Strips (tiras adhesivas de cinta adhesiva) sobre su incisión, deje estos en su lugar hasta que se caigan por sí solas. Usted puede eliminarlos 2-3 semanas después de la cirugía si todavía están en la piel.
- Si tiene un cierre de goma de piel (Dermabond), puede observar diminutos trozos de material de color morado claro en su toalla. Esto es normal.
- Si su incisión se cierra con grapas, dejarlos en su lugar. Serán eliminados por su enfermera de atención domiciliar o en la clínica durante una visita de seguimiento. Ellos se quitan generalmente 1-3 semanas después de la cirugía.
- Puede ducharse 48 horas después de la cirugía y lávese suavemente sobre su incisión, pero evite remojar su incisión debajo del agua (baños, bañeras de hidromasaje, el océano y piscinas) hasta que la incisión esté completamente sano, por lo general alrededor de 2-3 semanas.
- Se puede lavar suavemente la incisión con agua y jabón. Seque con una toalla limpia.
- Su incisión o herida pueden ser sensibles, por lo que el uso de ropa suelta pueden sentirse más cómodos.
- No aplicar pomadas o polvos a la incisión o herida a menos que su cirujano le pedirá que lo haga.
- No fume. Fumar inhibe la cicatrización de heridas y afecta negativamente a todos los sistemas corporales.

¿Cómo voy a manejar mi dolor en la casa?

- Va a lograr el mejor control del dolor si usted toma su medicamento para el dolor regularmente en los intervalos prescritos (generalmente cada 4 o 6 horas) para prevenir el dolor de acumulación. Mientras se recupera, se debe reducir la cantidad de medicamentos para el dolor que usted toma. Taper los medicamentos narcóticos primero.
- AINE (medicamentos antiinflamatorios no esteroideos) como el ibuprofeno (Motrin, Advil), naproxeno (Aleve y Naprosyn) o acetaminofeno (Tylenol) tomadas cada 6 horas son eficaces para reducir el dolor y la inflamación y reducir la necesidad de medicamentos narcóticos más fuertes. Algunos posibles efectos secundarios de los AINE son malestar estomacal, sangrado en el estómago o los intestinos, y la retención de líquidos. Tomar estos medicamentos con alimentos puede ayudar con el malestar estomacal. Tenga especial cuidado con estos medicamentos si usted toma Plavix o Coumadin u otros medicamentos para diluir la sangre.
- medicamentos o narcóticos (como Norco o oxicodona) dolor más fuertes pueden ser prescritos también. Algunos de los efectos secundarios de los medicamentos narcóticos para el dolor o opioides incluyen somnolencia, disminución de la presión arterial, disminución de la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria, erupciones en la piel y picazón, estreñimiento, náuseas y dificultad para orinar.
- No conduzca o beba alcohol mientras esté tomando medicamentos narcóticos para el dolor.
- Los medicamentos narcóticos pueden causar estreñimiento. Los ablandadores de heces (Colace o Docusate), comer una dieta alta en fibra o utilizando Metamucil, y beber líquido adicional puede ayudar. Un laxante estimulante (Leche de Magnesia, Senokot) puede ser necesaria también. Los alimentos altos en fibra incluyen los frijoles, cereales de salvado, los panes integrales, frutas y verduras.
- Muchos medicamentos para el dolor combinación, como Norco o Percocet, contienen Tylenol (acetaminofeno). Para evitar una sobredosis de Tylenol, NO tome Tylenol al mismo tiempo como un narcótico combinación que contiene Tylenol.

Su visita de seguimiento:

- Por favor, llame a la oficina al 831-464-9962 para hacer una cita. Planea sobre la programación de la visita alrededor de 2 semanas después de la cirugía.

¿Qué puedo hacer yo en casa? ¿Cuáles son mis limitaciones?

- Usted puede caminar y subir escaleras tan a menudo como sea posible, escuche a su cuerpo para saber cuándo parar. Poco a poco aumentar la longitud y la distancia.
- Es normal que se sienta cansado. Pueden ser necesarios períodos de descanso diarios y usted puede necesitar dormir más de lo habitual.
- No participar en la actividad física extenuante, ascensor/push/tirar más de 20 libras durante 4 semanas.
- Evite cualquier actividad repetida que te hace tenso o tensar los músculos abdominales.

¿Qué puedo comer?

- Su apetito puede disminuir en un primer momento, pero va a mejorar a medida que la anestesia desaparezca, y mientras se recupera
- Comience con líquidos como agua, sopas y jugos. Avanzar en su dieta poco a poco según la tolerancia.

¿Puedo reanudar mis medicamentos anteriores?

- Sí, a menos que no por su médico. En general, la aspirina se debe mantener durante 2-3 días a menos que se indique lo contrario.
- Usted recibirá una lista de medicamentos a tomar en su casa en el momento de su alta. Si usted tiene alguna pregunta sobre adiciones u omisiones, por favor pregunte.

¿Cómo debo cuidar a mi desagüe? (Si tengo uno)

- Antes de la descarga el personal de enfermería le enseñará cómo vaciar y cuidar de la bombilla.
- Por favor, registre la salida de volumen de drenaje diario. Traiga este registro para su visita de seguimiento.

¿Cuándo debo llamar a mi cirujano?

- Fiebre superior a 101.5 F (38.6 C).
- Aumento del dolor que no desaparece.
- Náuseas o vómitos que no desaparece.
- La incapacidad de tener una evacuación intestinal durante 3 días.
- Cualquier enrojecimiento, hinchazón, sangrado o supuración maloliente de la incisión
- No puede orinar
- Dolor o hinchazón en la pantorrilla