

**NOMBRE DEL PACIENTE:** \_\_\_\_\_

**FECHA DE EGRESO:** \_\_\_\_\_

*Sr. Usuario de la Clínica del Caribe S.A., a continuación se le brinda información acerca de las recomendaciones médicas y cuidados a tener en casa para así garantizar la continuidad de su tratamiento y lograr su pronta recuperación:*

### **RECOMENDACIONES PARA SEGUIR EN CASA**

- ✓ Realizar algunos ejercicios con las piernas, los cuales mejoran la circulación y ayudan a evitar tromboembolismos.
- ✓ Deberá evitar los movimientos bruscos y deberá abstenerse por completo de levantar objetos pesados, niños o mascotas.
- ✓ La posición en cama después de la cirugía debe ser con el tronco y las rodillas flexionados, de tal manera que no se genere tensión sobre la pared abdominal. No deberá levantarse durante la primera noche. Posteriormente deberá dormir bocarriba con las rodillas en alto. No deberá dormir en posición bocabajo durante las primeras cuatro semanas posteriores o durante el tiempo que indique el médico.
- ✓ Los pacientes suelen necesitar de 1 a 3 semanas antes de retornar a sus actividades normales.
- ✓ La sensación de tirantez e hinchazón disminuirán gradualmente durante el postoperatorio.
- ✓ La aparición de magulladuras (Hematomas) se considera una eventualidad normal, como consecuencia de la manipulación de los tejidos. Esta condición disminuirá paulatinamente en los días siguientes a la intervención.
- ✓ Se aconseja limitar cualquier tipo de actividad hasta dos semanas después de la intervención. Posterior a este término Médico Cirujano puede autorizar regresar a su actividad normal.
- ✓ Se recomienda el uso de faja por 2 meses, 24 horas, y posteriormente por 1 mes sólo en las noches

#### **MANEJO DE HERIDAS- PREVENCIÓN DE INFECCIONES**

Usted y/o su familiar, deberán lavar sus manos antes y después de manipular la herida.

- El apósito o sostén que se ha colocado luego de la cirugía debe usarse continuamente por dos semanas, no debe quitárselo.
- Es posible que su médico le haya dejado unos tubos de drenaje para prevenir la acumulación de líquidos. Estos se retiran a los 3-8 días según indique el médico.
- Las suturas se retiran de 8 a 10 días por su médico, se debe dirigir a la Urgencia de la institución en el horario de 7:00 am – 10:00 el día que este le indique.
- Intente deambular en compañía según su tolerancia

#### **MEDICAMENTOS**

- Es posible que al poco tiempo de despertarse pueda sentirse algo incómodo. Cualquier molestia es controlada con la medicación analgésica.
- No deberá ingerir Aspirina, ácido acetilsalicílico, ni ningún medicamento que contenga este compuesto, debido a su efecto anticoagulante
- Recibirá medicación antibiótica con el fin de prevenir el desarrollo de cualquier infección, así como medicación analgésica para controlar las molestias postoperatorias.

#### **SIGNOS DE ALARMA**

- Por favor informe inmediatamente al cirujano si desarrolla alguna molestia o intolerancia a alguno de los medicamentos prescritos
- Avise inmediatamente a su médico si el vendaje se torna muy manchado, si siente opresión en el tórax, si presenta fiebre, enrojecimiento o malestar, dificultad para respirar

#### **RECOMENDACIONES GENERALES:**

- ✓ Evite exponerse a los rayos solares ya que pueden ocasionar manchas irreversibles en la piel.
- ✓ No fume, recuerde que el cigarrillo aumenta la secreción bronquial y no favorece la cicatrización.
- ✓ Evite las bebidas alcohólicas, alteran el proceso desinflamatorio y de cicatrización.
- ✓ El primer día de la cirugía debe ingerir dieta blanda y los días posteriores mantener una dieta balanceada.
- ✓ Recuerde asistir a su primera cita de control que será realizada por el médico especialista, el personal de enfermería indica hora, fecha y lugar.
- ✓ El resultado pleno puede verse hasta después de un año.