

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 A SEGUIR EN CASA

- ✓ Debe descansar con la frecuencia que necesite en las primeras semanas después de la cirugía, pero también debe tener períodos cortos y regulares de movimiento para aumentar su fuerza. Mientras descansa, continúe haciendo algunos de los ejercicios y técnicas respiratorias al lado de la cama que la enfermera le enseñó.
- ✓ Gradualmente vuelva a su rutina normal. Usted no debe realizar ninguna actividad extenuante, alzar objetos (más de 5 libras o unos 2 kg) ni manejar durante 3 a 6 semanas.
- ✓ Trate de realizar caminatas cortas y regulares. Vaya aumentando hasta hacer paseos más largos para fortalecerse. Puede volver a trabajar cuando esté mejor y pueda tolerar la mayoría de las actividades.
- ✓ Tome bastante agua para ayudar a eliminar los líquidos a través de la vejiga (8 a 10 vasos al día). Evite el café, las bebidas gaseosas y el alcohol, ya que pueden irritarle la vejiga y la uretra.
- ✓ Consuma una alimentación saludable con bastante fibra. Puede usar un ablandador de heces o un suplemento de fibra para ayudar a prevenir el estreñimiento que puede demorar el proceso de cicatrización.
- ✓ Puede tomar duchas. Si tiene una sonda, no tome baños en la tina hasta que se la quiten.
- ✓ Evite la actividad sexual durante 3 a 4 semanas. Muchos hombres informan que tienen una cantidad menor de semen durante el orgasmo después de someterse a la RTUP.

MANEJO DE HERIDAS- PREVENCIÓN DE INFECCIONES

- Usted y/o su familiar, deberán lavar sus manos antes y después de manipular la herida.
- Vigilar herida quirúrgica diariamente observándola frente a un espejo y dejar al descubierto.
- Usar jabón para ducharse, secar muy bien la zona de la herida quirúrgica con una toalla de uso personal limpia y seca, evitando sobar o arrastrar de forma brusca la toalla sobre la herida
- Evite aplicarse cremas u otras sustancias en la herida hasta indicación médica.
- En Caso de egresar con el apósito en la herida, retire al día siguiente durante la ducha.
- El retiro de puntos en general son de 8 a 10 días. Se debe dirigir a la Urgencias de la institución en el horario de 7:00 am – 10:00 am todos los días o según lo indicado por el médico tratante.

MEDICAMENTOS

Iniciar el tratamiento antibióticos, según recomendación médica

Consulte con el médico antes de tomar ácido acetilsalicílico (aspirin), ibuprofeno (Aleve, Motrin), naproxeno (Aleve, Naprosyn), paracetamol (Tylenol) o cualquier otro fármaco como estos.

SIGNOS DE ALARMA

Acuda a urgencias si presenta algún síntoma:

- Dolor en abdomen que no se alivia con analgésicos
- Le es difícil respirar y presenta tos.
- No puede beber ni comer.
- Su temperatura está por encima de 38° C
- Sensación de ardor al orinar, fiebre o escalofríos.
- Poca de orina no puede orinar en absoluto.
- Dolor, enrojecimiento o hinchazón en piernas.
- Presenta dolor cerca de la sonda.
- Está presentando escape de orina.
- La sonda parece bloqueada.
- Nota arenilla o cálculos en la orina.
- Orina huele mal, turbia, color diferente o sangre.

RECOMENDACIONES GENERALES

- ✓ Puede sentir espasmos en la vejiga con la sonda vesical, para lo cual el médico puede dar medicamentos
- ✓ Verificar que la sonda funcione bien, limpiar la sonda y el área donde ésta se pega al cuerpo, lo cual evitará la infección e irritación de la piel.
- ✓ La orina en la bolsa de drenaje puede lucir de color rojo más oscuro, lo cual es normal.
- ✓ 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.
- ✓ Asistir a su primera cita de control con médico especialista, el personal de enfermería indica hora, fecha y lugar.