



División de Cirugía General y Gastrointestinal

INSTRUCCIONES PARA EL ALTA DEL PACIENTE DESPUÉS DE UNA

HERNIORRAFÍA LAPAROSCÓPICA

DIETA

- ✓ A menos que se indique lo contrario, usted puede reanudar su dieta habitual. Coma lo que mejor le sienta a usted.
- ✓ Quizás tenga menos apetito de lo habitual. Coma cuando tenga hambre. ¡No se fuerce a comer! Preocúpese de tomar líquidos. Es importante que se mantenga hidratado.

ACTIVIDADES

- ✓ NO beba alcohol, conduzca un vehículo o maneje maquinaria pesada durante 24 horas después de la cirugía o mientras esté tomando medicamentos para el dolor.
- ✓ Puede hacer actividades leves (p. ej., caminar, trabajo de oficina, subir escaleras, etc.) apenas sienta que ya puede. Puede tener actividad sexual en cuanto se sienta capaz.
- ✓ Puede reanudar sus ejercicios, como trotar o bicicleta, 7 días después de su cirugía.
- ✓ NO levante objetos pesados (no más de un galón de leche) por 10 días después de la cirugía.
- ✓ Tal vez sienta cansancio durante varias semanas después de la cirugía. Tome una siesta cuando se sienta cansado.

MANEJO DEL DOLOR

Le daremos una receta de un medicamento narcótico suave para el dolor. No está obligado a tomarlo. Si lo toma, por favor no maneje vehículos ni beba alcohol ya que combinados con el medicamento pueden causar somnolencia. En cambio, puede tomar Tylenol (acetaminofeno) o Advil (ibuprofeno), según sea necesario.

MEDICAMENTOS

- ✓ A menos que se indique lo contrario, usted podrá volver a tomar sus medicamentos.
- ✓ Si está estreñido, el mejor remedio es el psyllium (Metamucil). Siga las instrucciones del envase. Si lo desea puede tomar una onza de leche de magnesia.
- ✓ Si le recetaron antibióticos, tómelos hasta terminarlos.

INCISION CARE

- ✓ Su incisión puede que esté cubierta con un apósito semipermeable (Tegaderm). Cambie el

apósito si este se empapa de sangre o líquido. Cambie el apósito después de dos días. Todos los días limpie delicadamente la piel alrededor de la incisión, usando agua y jabón neutro.

- ✓ Puede ducharse en cualquier momento. Después del baño seque la herida dándose palmaditas con la toalla.

PROBLEMAS MAS COMUNES

- ✓ Es usual observar un abultamiento en el área donde se encontraba la hernia anteriormente. Esto se debe a que el saco de la hernia se está llenando de líquidos. Su cuerpo reabsorberá este líquido y la hinchazón desaparecerá después de varias semanas.
- ✓ Pueden haber magulladuras o moretones en el área del pene y el escroto en los hombres, y en los genitales femeninos en las mujeres. Esto no es peligroso y ocurre debido a la pérdida de un poco de sangre durante la cirugía.

CUANDO LLAMAR A SU MEDICO

- ✓ Si tiene fiebre más alta de 101° F
- ✓ Si tiene mucha hinchazón o sangrado.
- ✓ Si la secreción de la herida aumenta repentinamente, especialmente si es turbia o tiene mal olor.
- ✓ Si tiene vómitos o diarrea persistentes.

SEGUIMIENTO

- ✓ Por favor, llame el primer día laborable después del alta para programar una cita de seguimiento.
- ✓ En caso de emergencia, llame al consultorio de su médico. Si está cerrado, llame a la operadora del hospital al **(617) 726-2000** y pida que avisen a su cirujano o al cirujano de guardia.