

**INSTRUCCIONES PARA EL ALTA DEL PACIENTE DESPUÉS DE UNA**

## **CIRUGÍA ABDOMINAL**

### **DIETA**

- ✓ Puede reanudar su dieta regular, a menos que se indique lo contrario.
- ✓ Beba mucho líquido.
- ✓ 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.

### **ACTIVIDAD**

- ✓ 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.
- ✓ NO levante objetos pesados (no más de un galón de leche) durante 6 semanas después de la cirugía si usted tiene una herida (incisión).
- ✓ 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.
- ✓ Tal vez sienta cansancio durante varias semanas después de la cirugía. Tome una siesta cuando se sienta cansado. Pero NO se quede en cama todo el día. Asegúrese de caminar un poco cada dos horas.
- ✓ NO maneje un automóvil hasta que haya dejado de tomar la medicación para el dolor y pueda entrar y salir cómodamente del automóvil.

### **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 su recuento sanguíneo es bajo después de la cirugía, recibirá recetas de hierro (gluconato ferroso o sulfato ferroso) y una vitamina (ácido fólico). Tome estas pastillas del modo que se lo indiquen hasta terminarlas. Es normal que el hierro tiña las heces de color negro y cause estreñimiento.
- ✓ Si está estreñido, el mejor remedio es el psyllium (Metamucil). Siga las instrucciones del envase. Si el estreñimiento dura más de 5 días, puede tomar una onza de leche de magnesia.
- ✓ Si le recetaron antibióticos, tómelos hasta terminarlos.

## CUIDADO DE LA INCISIÓN

- ✓ Después de 48 horas, NO necesita un apósito sobre la herida.
- ✓ Después de 48 horas, se puede duchar o bañar tanto como quiera. Si tiene puesto un drenaje tome baños de esponja durante las primeras 48 horas.
- ✓ Tal vez sienta dolor en la zona de la herida pero este desaparece después de algunas semanas.
- ✓ Es probable que su cirujano haya usado puntos que se disuelven solos justo debajo de la piel, ya que esto elimina la necesidad de sacarlos. Quizás tenga "steri-strips" (pequeñas tiras de cinta adhesiva) sobre su herida. Estas tiritas se desprenderán solas. Si después de 10 días no se desprendieron, se las puede sacar usted mismo.
- ✓ Algunas personas tienen un poco adormecida la zona alrededor de la herida después de la cirugía. Esto es porque en la cirugía se cortaron nervios diminutos debajo de la piel. Por lo general, la sensibilidad de esa zona vuelve a los 6-12 meses.
- ✓ Después de la cicatrización inicial, la cicatriz queda roja y ligeramente hinchada. La cicatriz nunca desaparece por completo pero después de un año, se aplana y su color pierde intensidad.

## CUÁNDO LLAMAR A SU MÉDICO

- ✓ Si aumenta el dolor a lo largo de varios días, en forma persistente.
- ✓ Si la herida está más roja o más hinchada.
- ✓ Si la secreción de la herida aumenta repentinamente, especialmente si es turbia o tiene mal olor.
- ✓ Si tiene fiebre más alta de 101 °F.
- ✓ 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.